Powerpeak motorized treadmill

FTM6715

06/14

Gebruiksaanwijzing

Bedienungsanleitung

Manual

Mode d' employ

Inhoud

Nederlands 3

Deutsch..... 19

English 36

Français..... 51

Nederlands
Gebruiksaanwijzing

Powerpeak Motorised Treadmill
FTM6715

INHOUDSOPGAVE
VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN
HET PRODUCT
MONTAGE
HET GEBRUIK
COMPUTERBEVELEN
BAND INSTELLING
VERZORGING EN ONDERHOUD
BELANGRIJK TRAININGSADVIES
OPWARMEN/STREKKEN/AFKOELEN
UW OUDE APPARAAT WEGDOEN
TECHNISCHE GEGEVENS
GARANTIEBEWIJS

De foto's dienen ter illustratie. Wijzigingen voorbehouden.

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

Waarschuwing
Raadpleeg uw arts voordat u met de training begint. Een frequent en inspannend trainingsprogramma moet eerst door uw huisarts worden goedgekeurd. Dit is vooral belangrijk voor mensen die 35 jaar of ouder zijn of mensen die lichamelijke problemen hebben. Powerpeak is in geen geval verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of lichamelijke klachten die zijn ontstaan door gebruik van dit apparaat en kunnen derhalve niet aansprakelijk worden gesteld.

Algemeen
1. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voordat u het apparaat gaat gebruiken. Bewaar de gebruiksaanwijzing om deze indien nodig te kunnen raadplegen.
2. Gebruik het apparaat uitsluitend zoals in deze gebruiksaanwijzing staat beschreven.
3. Dit apparaat is niet geschikt voor gebruik door kinderen of personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens, of die gebrek aan ervaring of kennis hebben, tenzij iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid toezicht op hen houdt of hen heeft uitgelegd hoe het apparaat dient te worden gebruikt.
4. Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van het apparaat. Het enthousiasme van kinderen kan leiden tot onjuist gebruik van het apparaat. Indien kinderen toestemming krijgen dit apparaat te gebruiken, dan dient men de kinderen te controleren en instructies te geven over het juiste gebruik van het apparaat. Onder geen geval is het apparaat te gebruiken als speelgoed.
5. Laat kinderen nooit met het verpakkingsmateriaal spelen, er bestaat verstikkingsgevaar.
6. Zorg dat het apparaat juist is geïnstalleerd voordat het in gebruik wordt genomen. Wees er zeker van dat alle schroeven, bouten en moeren op de juiste wijze zijn geplaatst en vastgedraaid. Gebruik alleen onderdelen die door Powerpeak worden aanbevolen en zijn meegeleverd.
7. Controleer regelmatig of het apparaat intact is. Gebruik het apparaat niet indien het beschadigd of kapot is.

8. Gebruik het apparaat altijd op een gladde en schone ondergrond. Gebruik het apparaat nooit buiten. Plaats indien nodig een rubberen mat onder het apparaat, om de kans op het beschadigen aan uw vloer te verkleinen.
9. Zorg dat zich geen scherpe objecten in de buurt van het apparaat bevinden. Zorg voor minimaal 0,5 meter vrije ruimte rondom het apparaat.
10. Draag altijd veilige en gemakkelijke kleding als u gebruik maakt van het apparaat. Draag bij voorkeur sportschoenen of aerobicsschoenen.
11. Indien u zich niet goed voelt of andere klachten krijgt, dient u onmiddellijk met de oefening te stoppen. U dient tevens te stoppen als u pijn in of druk op uw gewrichten voelt. Duizeligheid geeft aan dat u te intensief met het apparaat bezig bent geweest. Als u zich duizelig voelt, ga dan op de grond liggen en kom niet eerder overeind totdat u zich weer beter voelt.
12. Houd het apparaat uit de buurt van vuur en hete oppervlakken.
13. Het apparaat dient eerst stil te staan, alvorens u het apparaat verlaat.
14. Zorg dat nooit meer dan één gebruiker met het apparaat bezig is.
15. Berg het apparaat binnenshuis op.
16. Dit apparaat is alleen bestemd voor huishoudelijk gebruik, NIET voor bedrijfsmatig gebruik.
17. Het maximaal toelaatbare gewicht op dit apparaat is 100 KG.

Specifiek

Lees de onderstaande voorschriften zorgvuldig door voordat u de loopband in gebruik neemt ter voorkoming van elektrische schokken, brandgevaar en ander persoonlijk letsel.

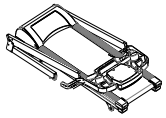
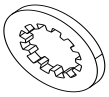
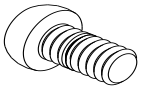
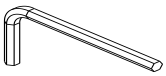
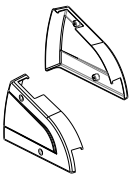
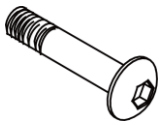
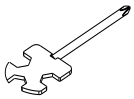
- Start de band nooit als er iemand op het loopvlak van het apparaat staat.
- Houd u altijd vast aan de handgrepen als u de loopband gebruikt.
- De loopband kan hoge snelheden bereiken. Verhoog de snelheid gelijkmatig ter voorkoming van onverwachte sprongen in de snelheid.
- Het apparaat niet gebruiken in ruimtes waar met spuitbussen (verneveling) of zuurstof wordt gewerkt.
- Laat het apparaat nooit onbeheerd staan. Verwijder altijd de veiligheidsmagneet en zet de aan/uitschakelaar op OFF.
- Bij het opklappen of verplaatsen van de loopband dient u er zeker van te zijn dat deze goed vergrendeld is.
- Haal altijd de stekker uit het stopcontact voordat u begint met onderhoud- of montagewerkzaamheden. Verwijder nooit de beschermkap van de motor tenzij een bevoegde monteur hier instructies voor geeft. Onderhoud- en reparatiewerkzaamheden die niet in deze handleiding zijn beschreven, dienen alleen door een bevoegde monteur te worden uitgevoerd.
- Houd de stekker en kabel uit de buurt van warme oppervlakken.
- U kunt de loopband uitschakelen door de schakelaar op OFF te zetten. Haal vervolgens de stekker uit het stopcontact.
- Houd alle elektrische onderdelen, zoals motor, snoer en aan/uit-schakelaar uit de buurt van water of andere vloeistoffen om elektrische schokken te voorkomen.
- Plaats de veiligheidsmagneet in het bedieningspaneel en bevestig de clip aan uw kleding (taille) voordat u met de work-out begint. De motor kan bij problemen direct worden stopgezet door aan het koord te trekken zodat de veiligheidsmagneet geen contact meer maakt met het bedieningspaneel. Stap pas van de band als deze niet meer beweegt. Plaats de veiligheidsmagneet weer in het bedieningspaneel als u verder wilt gaan met uw work-out.
- Houd losse voorwerpen of handdoeken uit de buurt van de loopband. Draag geen losse kleding en bind uw haar bijeen. De loopband stopt niet direct als er iets tussen de rollen of band komt. Schakel het apparaat onmiddellijk uit als een voorwerp vast komt te zitten.
- Gebruik bij het opstappen of afstappen van de loopband altijd de handgrepen. Stap alleen op de band als deze heel langzaam loopt. Stap alleen van de loopband af als deze niet meer beweegt.
- Ga eerst met gespreide benen boven de loopband staan op de plateaus aan beide zijden van de band voordat u op de band of van de band af stapt.

- Probeer nooit om te draaien als de band loopt. Houd uw gezicht en lichaam altijd naar voren gericht.
- Schud het apparaat niet heen en weer. Ga niet op handgrepen, bedieningspaneel of behuizing staan.
- Om persoonlijk letsel te voorkomen, dient u te zorgen voor voldoende ruimte achter de loopband.
- Het apparaat dient regelmatig gecontroleerd te worden om lichamelijk letsel te voorkomen. Kijk regelmatig of bouten en moeren goed zijn aangedraaid, of er beginnende scheuren ontstaan en of er geen scherpe randen e.d. zijn wat tot lichamelijk letsel kan leiden.
- Defecte onderdelen dienen direct vervangen te worden. Indien dit niet direct mogelijk is, dient het apparaat buiten gebruik gesteld te worden tot reparatie heeft plaatsgevonden.

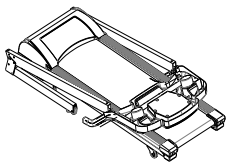
Elektrische beveiliging
Deze gemotoriseerde loopband moet geaard zijn. Bij storingen of defecten wordt door aarden het risico op elektrische schokken voorkomen. De loopband is voorzien van een elektriciteitskabel met een geleidingsconductor en een geaarde stekker. De stekker moet in een geschikt stopcontact worden geplaatst dat overeenkomstig de plaatselijke voorschriften en regels is geïnstalleerd en geaard.

Belangrijk
Bij een onjuiste aansluiting van de geleidingsconductor is een risico op elektrische schokken aanwezig. Indien u twijfelt of de loopband op de juiste wijze is geaard, neem dan gerust contact op met onze serviceafdeling. Breng geen wijzigingen aan in de stekker van de loopband. Indien de stekker niet in het stopcontact past, laat dan een nieuw stopcontact installeren door een bevoegde elektromonteur.

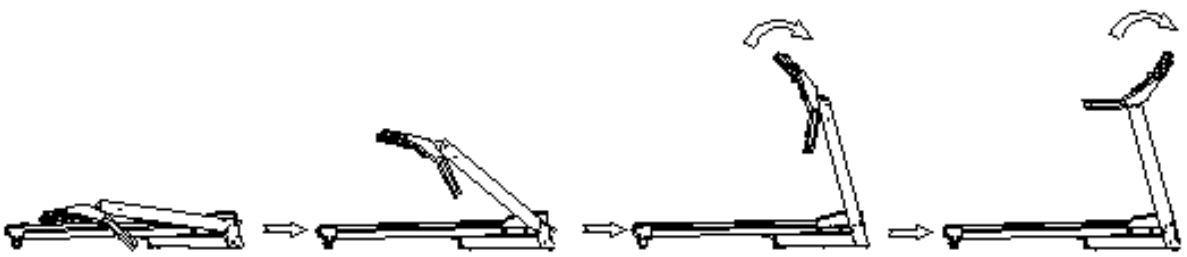
HET PRODUCT
U vindt de volgende onderdelen wanneer u de doos opent.

1 Hoofdframe 1 STUKS 	D30 Sluitring 8 STUKS 	D2 Bout M8X15 4 STUKS 
D14 Inbussleutel M5 1 STUK 	B18/B19 L/R Voorpaneel 2 STUKS 	D22 Schroef ST4.2X20 4 STUKS
D5 Bout M8X45 4 STUKS 	D13 Schroevendraaier 1 STUK 	B25 Siliconenolie 1 STUK
C14 Veiligheidssleutel 1 set	B17 Boekenplank 1 STUK	D11 Schroef ST4.2X25 4 STUKS

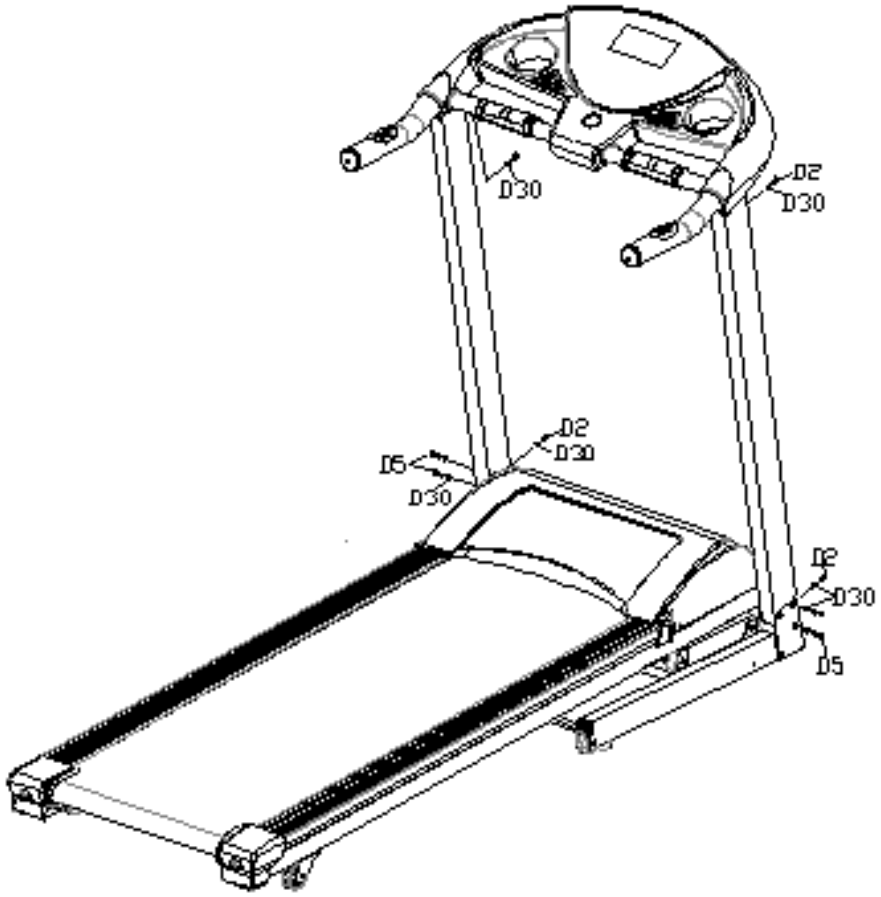
Stap 1: Open de doos en haal alle onderdelen uit de doos. Plaats het hoofdframe (1) op de vloer.



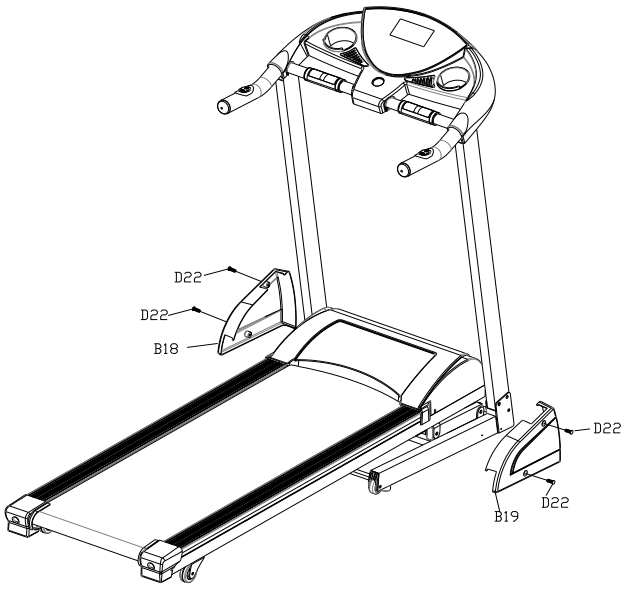
Stap 2: Trek beide stangen en de computer omhoog, zoals getoond in de afbeelding. Ondersteun de stangen en de computer met uw handen om te voorkomen dat ze terug omlaag vallen en beschadigd raken. Wees voorzichtig en raak de lijn niet aan tijdens het inklappen.



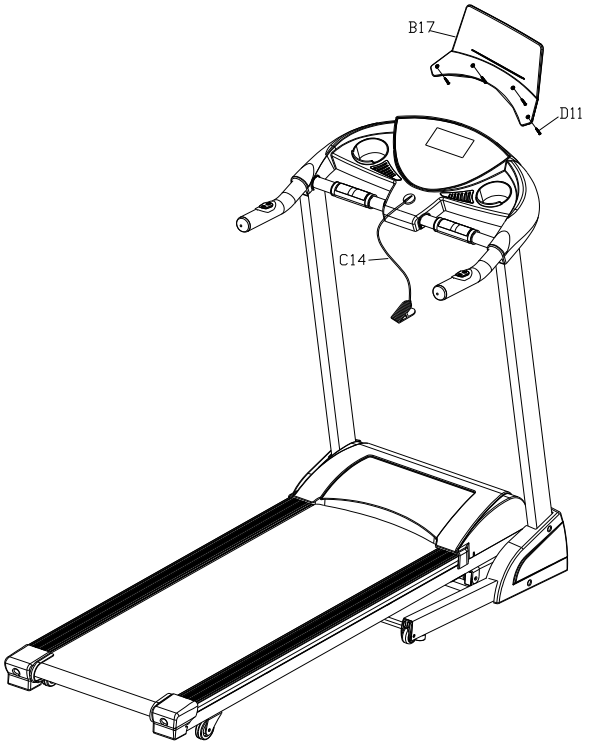
Stap 3: Vergrendel de loopband met bout D2 (M8*15), bout D5 (M8*45) en sluitring D30**.**



Stap 4: Bevestig de voorpanelen B18 en B19 op de loopband en zet vast met behulp van schroeven D22 (ST4.2*20).



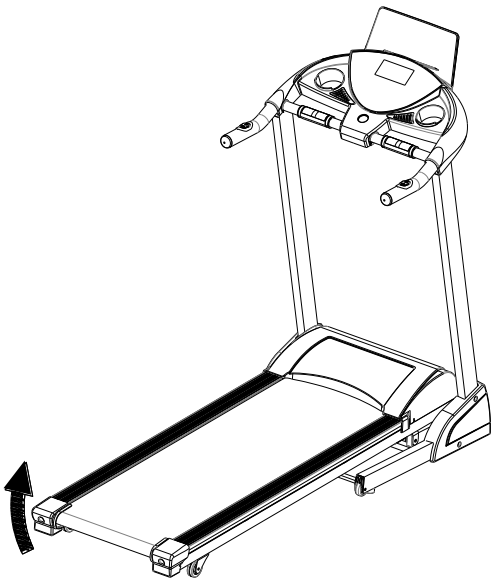
Stap 5: Vergrendel de boekenplank (B17) op de computer met schroef D11 (ST4.2*25), en plaats daarna de veiligheidssleutel C14.



HET GEBRUIK

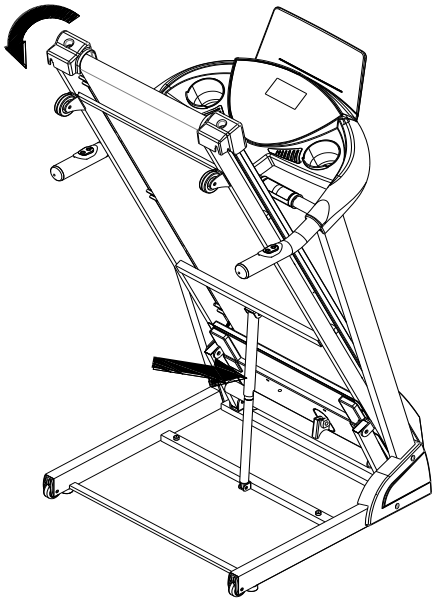
De loopband inklappen

Til het hoofdframe op in de richting van de pijl tot de cilinder een klikgeluid maakt**.**



De loopband uitklappen

Trap zachtjes tegen het veiligheidsmechanisme en trek de machine tegelijkertijd voorzichtig omlaag in de richting van de pijl. De loopband zal rustig naar beneden klappen.



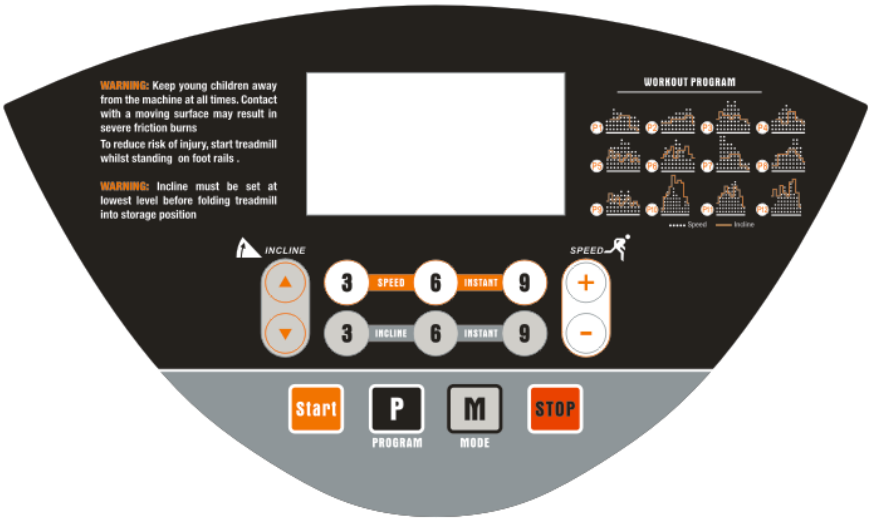
Dit product moet worden geaard. Bij een storing of probleem zorgt aarding voor de weg van de minste weestand naar de stroomuitgangen om de kans op een elektrische schok te reduceren. Dit product is uitgerust met een geaard netsnoer en een geaarde stekker. De stekker moet in een geschikt stopcontact worden gestoken dat op de juiste manier is geïnstalleerd en is geaard in overeenstemming met alle lokaal geldende normen en verordeningen.

GEVAAR: Het onjuist aansluiten van het geaarde netsnoer en de stekker kan de kans op elektrische schokken verhogen. Laat een elektricien de aarding nakijken als u twijfelt over de vraag of het product goed is geaard. Modificeer de stekker die is meegeleverd met het product niet – als de stekker niet in het stopcontact past, zoek dan naar een geschikt stopcontact dat is geïnstalleerd door een erkend elektricien.

Dit product is geschikt voor gebruik op een nominaal 220V circuit en heeft een geaarde stekker. Zorg ervoor dat het product is aangesloten op een stopcontact met dezelfde specificaties als de stekker. Het product moet zonder adapter worden gebruikt.

COMPUTER

Weergavefuncties
SNELHEID: Weergave van de loopsnelheid (0,8-12,0 km/u)
TIJD: Weergave van de looptijd of afteltijd (0:00 – 99,59 MIN)
AFSTAND: Weergave van de totale loopafstand of aftellen afstand (0,00 – 99,9 KM)
CALORIEEN: Weergave van de calorieën of aftellen calorieën (0,0 – 999 C)
HELLING: Weergave van helling (0 – 12)
POLSSLAG: Weergave polsslag (50 – 200 BPM)



Knoppen
P (PROGRAMMA): Gebruik deze knop in de standbymodus om een programma te selecteren (1 handmatige modus, 12 voorgeprogrammeerde programma's, 1 lichaamsvetprogramma en 3 aftelfuncties)

MODE: u kunt deze knop gebruiken om te schakelen tussen de verschillende aftelmodi (H1= aftellen, H2= afstand aftellen, H3= calorieën aftellen). Druk op "SPEED+/-" of "INCLINE+/-"om de gegevens aan te passen. Druk daarna op START om de loopband te starten.

START: Druk, wanneer het apparaat is ingeschakeld en de veiligheidssleutel is aangesloten, op deze knop om de loopband te starten.

STOP: druk tijdens het lopen op deze knop om de loopband langzaam tot stilstand te brengen. De snelheid zal afnemen tot de loopband volledig is gestopt.

Speed+/ SPEED-: Met deze knoppen kunt u de snelheid verhogen of verlagen. De snelheid verandert bij elke druk op de knop met 0,1km/u. Als de knop voor langer dan 2 seconden ingedrukt houdt, dan zal de snelheid sneller veranderen.

INCLINE+/INCLINE-: Met deze knoppen kunt u de helling vergroten of verkleinen. De hellingshoek verandert bij elke druk op de knop met 1 niveau. Als u de knop voor langer dan 2 seconden ingedrukt houdt, dan zal de helling sneller veranderen.

QUICK SPEED: Druk tijdens het lopen op deze sneltoets om de snelheid snel in te stellen op 3km/u, 6km/u of 9km/u.

QUICK INCLINE: Druk tijdens het lopen op deze sneltoets om de helling snel in te stellen op 3, 6 of 9.

POLSSLAGFUNCTIE: Houd de polsslagmeter tijdens het lopen ongeveer 5 seconden vast om gegevens over de polsslag te tonen. Het bereik van de polsslag is 50-200 keer/minuut. Er worden hartvormige figuren getoond tijdens het meten. Deze gegevens dienen alleen ter referentie en kunnen niet worden gebruikt als medische gegevens.

Handmatige modus
1. Druk op de start-knop, er wordt 5 seconden afgeteld en daarna zal de loopband starten met een beginsnelheid van 0,8km/u.
2. Druk om de snelheid in te stellen op Speed +/-.
3. Druk om de helling in te stellen op Incline+/-.
4. Druk om de loopband te stoppen op Stop.
5. Druk om de snelheid snel in te stellen op de sneltoets voor het instellen van de snelheid.
6. Druk om de helling snel in te stellen op de sneltoets voor het instellen van de helling.

Voorgeprogrammeerde programma's
Druk op PROGRAM. In het display ziet u de programma's P1 t/m P12. Kies het gewenste programma. Vervolgens zal het display TIME gaan knipperen. De tijd is standaard ingesteld op 10:00. Met de knoppen INCLINE+ of INCLINE- en SPEED+ of SPEED- kunt u de gewenste tijd instellen. Druk op START om het gekozen programma te starten. Het gekozen programma wordt verdeeld in 10 secties. Iedere sectie is 10% van de ingestelde tijdsduur. Zodra het programma aan een nieuwe sectie begint, geeft het apparaat een geluidssignaal af en zal de snelheid en de hellingshoek aangepast worden aan de nieuwe sectie. Gebruik INCLINE+ of INCLINE- en SPEED+ of SPEED- om de hellingshoek en de snelheid te wijzigen. Zodra het programma in de volgende sectie komt, zal de snelheid en de hellingshoek automatisch aangepast worden aan de snelheid en hellingshoek die in het programma

voorgeprogrammeerd zitten. Zodra het programma afgelopen is, zal het apparaat tien geluidssignalen afgeven en de loopband zal na 5 seconden snelheid gaan verminderen totdat deze volledig stilstaat.

Ieder programma wordt in tien secties verdeeld. De tijdsduur van de secties is afhankelijk van de gekozen tijdsduur. Iedere sectie bedraagt 10% van de gekozen tijdsduur, en iedere sectie heeft een bijbehorende snelheid en hellingshoek.

Tabel 1 (snelheid in km/h en hellingshoek in % per sectie per programma)

PROGRAMMA

TIJDINTERVAL / PROG		INGESTELDE TIJD /10=ELKE TIJDSTAP									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SNELHEID	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	HELLING	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	SNELHEID	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	HELLING	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	SNELHEID	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	HELLING	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	SNELHEID	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	HELLING	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	SNELHEID	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	HELLING	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	SNELHEID	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	HELLING	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	SNELHEID	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	HELLING	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	SNELHEID	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	HELLING	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	SNELHEID	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	HELLING	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SNELHEID	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	HELLING	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	SNELHEID	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	HELLING	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	SNELHEID	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	HELLING	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

TABEL TRAININGSPROGRAMMA'S

FAT (lichaamsvetprogramma)
Druk herhaaldelijk op PROGRAM om het lichaamsvetprogramma te openen. Druk op MODE om de gegevens in te voeren
F1= GESLACHT
F2= LEEFTIJD
F3= LENGTE
F4= GEWICHT

Gebruik SPEED+, SPEED- om in te stellen. Na het instellen zal de computer F5 weergeven. Houd de polsslagmeter vast, het venster toont een index die uw lichaamskwaliteit representeert. De lichaamskwaliteitsindex is voor het meten van de verhouding tussen lengte en gewicht en geen weegschaal.

Het meten van het lichaamsvet is geschikt voor alle mannen en vrouwen om hun gewicht en de lichaamskwaliteit te meten. De ideale FAT-waarde ligt tussen 20-25. Als de FAT-waarde lager is dan 19, dan geeft dit aan dat u te dun bent. Als de waarde tussen 25 en 29 ligt, dan heeft u overgewicht, als de waarde groter is dan, dan bent u zwaarlijvig. (Deze gegevens dienen alleen ter referentie en kunnen niet worden gebruikt als medische gegevens)

F1	Geslacht	01 Man 02 Vrouw
F2	Leeftijd	10 – 99
F3	Lengte	100 – 200
F4	Gewicht	20 – 150
F5	FAT	≤19 Ondergewicht
		20 - 25 Normaal gewicht
		25 – 29 Overgewicht
		≥30 Zwaarlijvig

Let op: Het systeem schakelt automatisch naar de standbymodus wanneer er voor 10 minuten geen actie is, het apparaat niet wordt gebruikt en het display van de computer is uitgeschakeld. Druk op een willekeurige knop om het systeem weer in te schakelen.
1.13.2 U kunt de afteltijd, het aftellen van calorieën of het afstellen van afstand instellen, druk op het laatste item om het lopen in te stellen, de instelparameter is de afteltijd, andere worden weergegeven als normale gegevens

AFTELFUNCTIE
Basisinstelling afteltijd: 30:00 minuten. Het bereik van de instelling is 5: 00 – 99:00 minuten met stappen van 1:00 minuut.
Basisinstelling aftellen calorieën: 50 KJ. Het bereik van de instelling is 10 - 990 KJ met stappen van 10 KJ.
Basisinstelling aftellen afstand: 0,8km. Het bereik van de instelling is 0,5 – 99,9 km met stappen van 0,1 km

Het cyclus voor het doorlopen van de instellingen is: handmatig, tijd, afstand, calorieën.

Let op: Smeer de loopband zelf niet, smeer alleen bij de rolmechanismen van de band.

BAND INSTELLING

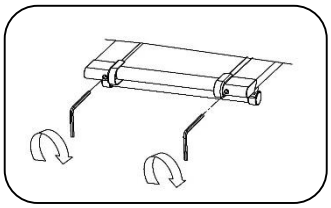
Het kan zijn dat het nodig is de loopband bij te stellen tijdens de eerste weken van gebruik. Alle banden zijn nauwkeurig geplaatst in de fabriek. Het is mogelijk dat de band uitrekt of scheef loopt na gebruik. Het uitrekken van de band is normaal in de eerste periode van gebruik.

Instellen van de bandspanning

Als de band aanvoelt alsof hij slipt of stottert als u uw voet neerzet tijdens het rennen, kan het zijn dat de spanning van de band moet worden verhoogd. Verhogen van de spanning van de band:

1. Start de loopband zonder dat iemand er op staat. Druk op de snelheidsknop totdat 5,6 km/h bereikt is.
2. Plaats een sleutel op de linker aanpassingsschroef van de band. Draai de sleutel kloksgewijs een kwart om, om de achterrol aan te trekken en de spanning op de band te verhogen.
3. Herhaal stap 2 voor de rechter aanpassingsschroef. Verzeker u ervan dat beide schroeven even strak aangedraaid worden, zodat de achterrol in evenwicht en waterpas blijft ten opzichte van het frame.
4. Herhaal stap 2 en 3 tot het slippen is verdwenen.

Let op: voer de spanning niet te ver op, zodat u een te hoge druk creëert op de voor- en achter roldragers. Dit zal resulteren in een aanlopend geluid. Om de spanning van de loopband te verlagen, draait u beide schroeven hetzelfde aantal keer tegen de klok in.

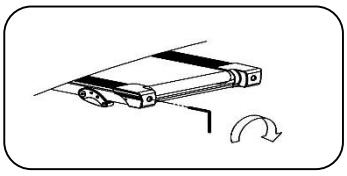


Centreren van de band

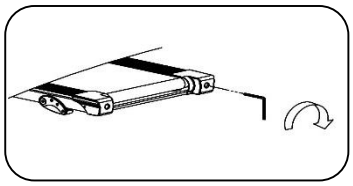
Als u rent, zet u soms met de ene voet harder af dan met de andere. De mate van buigzaamheid hangt af van de inspanningskracht van de ene voet ten opzichte van de andere. Deze buigzaamheid zorgt ervoor dat de band terugloopt naar het centrum van het loopdek als de gewichtsdistributie uitgebalanceerd is, of er niemand op de loopband staat.

Als de loopband steeds scheef loopt, zult u deze manueel moeten centreren:

1. Plaats de loopband op een vlakke ondergrond.
2. Start de loopband zonder dat iemand er op staat, druk op de snelheidsknop totdat 5,6 km/h bereikt is.
3. Observeer of de band tegen de rechter- of linkerzijde van het dek loopt.
   a. Indien tegen de linkerzijde van het dek:
      Draai de linker aanpassingsschroef een halve cirkel met de klok mee, en de rechter aanpassingsschroef een halve cirkel tegen de klok in.



   b. Indien tegen de rechterzijde van het dek:
      Draai de rechter aanpassingsschroef een halve cirkel met de klok mee, en de linker aanpassingsschroef een halve cirkel tegen de klok in.



c. Indien de band nu nog steeds niet gecentreerd is, herhaalt u de hierboven beschreven stappen totdat de band in het midden loopt.

4. Nadat de band gecentreerd is, verhoogt u de snelheid. Verzeker u ervan dat de band soepel loopt. Herhaal de hierboven beschreven stappen indien nodig. Als de procedure dan nog niet succesvol is, dient u waarschijnlijk de spanning van de band op te voeren.

VERZORGING EN ONDERHOUD

Let op: om een elektrische schok te voorkomen, dient u ervoor te zorgen dat de loopband uitstaat en de stekker uit het stopcontact is voordat u met schoonmaken of met routinematig onderhoud begint.

Loopband en loopdek smeerolie
Voor een maximale levensduur heeft deze loopband regelmatig een smeeroliebeurt nodig, als onderdeel van het algemene onderhoud van dit apparaat. Dit voorkomt vroegtijdige slijtage van de loopband, loopdek en aandrijfmotor.

Gebruik	**Smeerolie**
Minder dan 3 uur per week	1x per jaar
3 – 5 uur per week	Iedere 6 maanden
Meer dan 5 uur per week	Iedere 3 maanden

De smeeroliebeurt is ervoor bedoeld om de vier lagerpunten (rechtsvoor, linksvoor, rechtsachter en linksachter) te smeren met een paar druppeltjes olie. Zo kunnen deze punten soepel blijven bewegen.

Schoonmaken
Transpiratie dient altijd verwijderd te worden van de console en loopband oppervlak na uw work-out. Eén keer per week dient u de loopband schoon te maken met een vochtige zachte doek. Let erop geen overtollig water te morsen op het bedieningspaneel, dit kan elektrische storingen veroorzaken. Indien u voor de smeeroliebeurt de kappen van het apparaat verwijderd, raden wij u aan dit gedeelte van het apparaat ook stofvrij te maken.
Let op: gebruik geen schurende of oplossende reinigingsmiddelen om het apparaat schoon te maken.

Opbergen
Verzeker u ervan dat de aan/uit schakelaar uit staat en de stekker uit het stopcontact is. Berg uw loopband op in een schone, droge omgeving. Vermijd opslag in een extreem koude of vochtige plaats, daar dit kan leiden tot corrosie en andere gerelateerde problemen.

Verplaatsen
Deze loopband is ontworpen en uitgerust met wielen voor gemakkelijke verplaatsing. Verzeker u ervan dat de aan/uit schakelaar uit staat en dat de stekker uit het stopcontact is, voor u de loopband verplaatst.

BELANGRIJK TRAININGSADVIES

- Alvorens met training te beginnen, moet u door een arts laten bepalen in welke mate een training met dit apparaat aangewezen is voor u. Een onjuiste of te zware training kan tot schade aan de gezondheid leiden.
- Vermijd overbelasting van uw lichaam. Train niet als u zich moe of uitgeput voelt. Start uw trainingsprogramma langzaam als u niet gewend bent aan lichamelijke inspanning.
- Stop de training onmiddellijk als u pijn voelt of enige andere problemen zich voordoen.
- Probeer tijdens te training zoveel mogelijk uw ademhaling te reguleren zodat u rustig en gelijkmatig ademt.
- Om blessures te vermijden, is het belangrijk om goed op te warmen voor de training en af te koelen na de training. Gebruik de oefeningen die beschreven zijn in deze gebruiksaanwijzing.
- Zorg ervoor dat u tijdens de training genoeg drinkt. Denk eraan dat u door de lichamelijke belasting meer dan de aanbevolen hoeveelheid van 2 liter per dag zult moeten drinken.
- Draag gemakkelijk zittende kleding terwijl u het apparaat gebruikt en draag bij voorkeur sport- of aerobicschoenen. Vermijd wijde kledingstukken, deze kunnen immers in de bewegende onderdelen van het apparaat vastraken.

OPWARMEN/STREKKEN/AFKOELEN

Een succesvolle trainingssessie begint met opwarmoefeningen en eindigt met oefeningen om af te koelen en te ontspannen. Deze opwarmoefeningen bereiden uw lichaam voor op de inspanning die gaat volgen. De afkoel- /ontspanningsperiode na de trainingssessie zorgt ervoor dat u geen spierklachten krijgt na de training. Let alstublieft op de volgende punten:

- Warm elke spiergroep die u in de trainingssessie gaat gebruiken 5-10 minuten op. De rekoefeningen zijn goed uitgevoerd als u een comfortabele spanning voelt in de betreffende spier.
- Snelheid speelt geen rol tijdens de rekoefeningen. Snelle en plotselinge bewegingen moeten vermeden worden.

Nekoefeningen (1)
Buig uw hoofd naar rechts en voel de spanning in uw nek. Laat uw hoofd langzaam zakken tot op uw borst en draai dan uw hoofd naar links. U voelt weer de comfortabele spanning in uw nek.

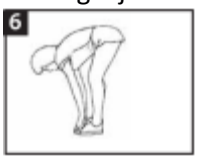
Oefeningen voor het schoudergebied (2)
Hef de linker- en rechterschouder afwisselend op of hef ze beide tegelijk op.

Rekoefeningen voor de armen (3)
Strek afwisselend uw linker- en rechterarm in de richting van het plafond. Voel de spanning in uw linker en rechterzijde. Herhaal deze oefening meerdere keren.

Oefeningen voor de dijen (4)
Ondersteun uzelf door uw hand op de muur te plaatsen. Reik naar beneden achter u en trek uw linker- of rechtervoet op, zo dicht mogelijk tegen uw billen. Voel een comfortabele spanning in de voorkant van uw dijbeen. Houd deze positie 30 seconden vast en herhaal deze oefening 2 keer voor elk been.

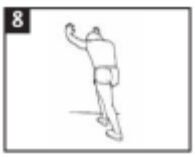
Binnenkant dijbeen (5)
Ga op de vloer zitten en plaats uw voeten zodanig dat uw knieën naar buiten gericht zijn. Trek uw voeten zo dicht mogelijk naar uw kruis toe. Druk hierna uw knieën voorzichtig naar beneden. Houd deze positie indien mogelijk 30-40 seconden aan.

Tenen aanraken (6)
Buig uw lichaam langzaam naar voren en probeer uw voeten met uw handen aan te raken. Reik zo ver mogelijk naar uw tenen. Houd deze positie indien mogelijk 20-30 seconden aan.



Knie oefeningen (7)
Ga op de vloer zitten en strek uw rechterbeen. Buig uw linkerbeen en plaats uw voet op uw rechterdijbeen. Probeer nu uw rechter voet aan te raken met uw rechter arm. Houd deze positie indien mogelijk 20-30 seconden aan.

Oefeningen voor kuiten/achillespees (8)
Plaats beide handen tegen de muur en steun erop met uw hele lichaamsgewicht. Beweeg dan uw linkerbeen naar achteren en wissel dit af met uw rechterbeen. Houd deze positie indien mogelijk 30-40 seconden aan.



UW OUDE APPARAAT WEGDOEN

1. Als het symbool met de doorgekruiste verrijdbare afvalbak op een product staat, betekent dit dat het product valt onder de Europese Richtlijn 2002/96/EC.
2. Elektrische en elektronische producten mogen niet worden meegegeven met het huishoudelijke afval, maar moeten worden ingeleverd bij speciale inzamelingspunten die door de lokale of landelijke overheid zijn aangewezen.
3. De correcte verwijdering van uw oude apparaat helpt negatieve gevolgen voor het milieu en de menselijke gezondheid voorkomen.
4. Wilt u meer informatie over de verwijdering van uw oude apparaat? Neem dan contact op met uw gemeente, de afvalophaaldienst of de winkel waar u het product gekocht heeft.

TECHNISCHE GEGEVENS

Modelnummer	FTM6715
Vermogen	750 W
Nominale spanning	220 – 240 V
Nominale frequentie	50 HZ

Powerpeak
Thermiekstraat 1a
6361 HB Nuth
Nederland
www.powerpeak.com

GARANTIEBEWIJS

Dit garantiebewijs dekt uw product voor een periode van 24 maanden vanaf de datum van aankoop op defecten aan het product, op voorwaarde dat u het product correct heeft gebruikt zoals omschreven in de gebruiksaanwijzing.

Gebreken die ontstaan door ondeskundige behandeling, beschadiging of reparatiepogingen van derden, vallen niet onder de garantie.

De garantie geldt niet voor de bijgeleverde accessoires, en andere delen van het product die aan slijtage onderhevig zijn. Mocht u deze willen nabestellen, dan is dat mogelijk via www.muppa.nl.

Dit product is alleen bestemd voor huishoudelijk gebruik. Schade en/of storingen door bedrijfsmatig gebruik worden uitgesloten van garantie.

U kunt gebruik maken van de garantie indien:

- Het product volgens de gebruiksaanwijzing is gebruikt;
- U in het bezit bent van een geldig origineel aankoopbewijs welke niet is veranderd of onleesbaar gemaakt;
- Het serviceformulier duidelijk en compleet is ingevuld;
- Er geen ingrepen zijn verricht door niet bevoegde personen of werkplaatsen;
- De schade aan het product niet is te wijten aan een oorzaak vreemd aan het apparaat, zoals: brandschade, waterschade, transportschade, atmosferische ontladingen of verkeerd of onvoldoende onderhoud.

Mocht ondanks onze zorgvuldige kwaliteitscontrole uw product niet goed functioneren, dan kunt u een beroep doen op onze service.

Om ongerief te voorkomen, raden wij u aan de gebruiksaanwijzing zorgvuldig na te lezen alvorens u tot ons te wenden.

Accessoires en delen van het product die aan slijtage onderhevig zijn vallen niet binnen deze garantie. Mocht u deze willen nabestellen, dan is dat mogelijk via www.muppa.nl.

SERVICE

Als u na het lezen van deze gebruiksaanwijzing nog vragen heeft over het product, kunt u contact opnemen met de Powerpeak klantenservice:

Telefoonnummer: 0900-873 27 28, € 1,00 per gesprek (exclusief reguliere kosten telefonie).

email: info@powerpeak.com

Deutsch
Bedienungsanleitung

Powerpeak Motorised Treadmill
FTM6715

Datum

INHALTSVERZEICHNIS
SICHERHEITSVORSCHRIFTEN
DAS PRODUKT
MONTAGE
DIE BENUTZUNG
COMPUTERBEFEHLE
BANDEINSTELLUNG
PFLEGE UND WARTUNG
WICHTIGE HINWEISEN ZUM TRAINING
AUFWÄRMÜBUNGEN / STRETCHING / COOL- DOWN
ENTSORGUNG VON ALTGERÄTEN
TECHNISCHE DATEN
GARANTIEBEWEIS

Die Fotos dienen zur Illustration. Änderungen vorbehalten.

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

Warnung
Konsultieren Sie Ihren Hausarzt, bevor Sie mit Übungen an diesem Gerät beginnen. Wenn Sie regelmäßig und intensiv trainieren wollen, müssen Sie zuerst die Zustimmung Ihres Arztes einholen. Dies gilt vor allem für Personen über 35 sowie für Personen mit Gesundheitsproblemen. Wir übernehmen keinerlei Verantwortung für persönlichen Schaden oder körperliche Beschwerden, die durch die Benutzung dieses Geräts verursacht werden und können daher auch nicht dafür haftbar gemacht werden.

Allgemein
1. Lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig bevor Sie das Gerät benutzen und heben Sie diese zur künftigen Referenz auf.
2. Benutzen Sie dieses Gerät ausschließlich für den in dieser Bedienungsanleitung genannten Zweck.
3. Dieses Gerät ist für Benutzer (einschl. Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder psychischen Fähigkeiten bzw. ohne jegliche Erfahrung oder Vorwissen nur dann geeignet, wenn eine angemessene Aufsicht oder ausführliche Anleitung zur Benutzung des Geräts durch eine verantwortliche Person sichergestellt ist.
4. Halten Sie bitte Kinder und Tiere außer Bereich. Kinder sind in ihrer ersten Begeisterung schnell dazu geneigt, das Gerät unsachgemäß zu verwenden. Wenn Kinder die Erlaubnis zur Benutzung des Gerätes erhalten, müssen die Kinder dabei unter Aufsicht stehen und in die richtige Verwendung des Gerätes eingewiesen werden. Das Gerät darf in keinen Fall als Spielzeug zweckentfremdet werden.
5. Lassen Sie Kinder nicht mit der Verpackungsfolie spielen. Sie können sich beim Spielen darin verfangen und ersticken.

6. Sorgen Sie dafür, dass das Gerät richtig installiert wird, bevor Sie darauf zu trainieren beginnen. Vergewissern Sie sich, dass sämtliche Schrauben, Bolzen und Muttern richtig angebracht und festgezogen sind. Verwenden Sie nur Zubehörteile, die vom Powerpeak empfohlen und mitgeliefert werden.
7. Stellen Sie regelmäßig sicher, dass das Gerät nicht beschädigt ist. Benutzen Sie kein beschädigtes oder kaputtes Gerät.
8. Benutzen Sie das Gerät immer auf einem glatten und sauberen Untergrund. Verwenden Sie das Gerät niemals draußen. Wenn nötig, verwenden Sie eine Gummimatte als Unterlage, um Beschädigung des Fußbodens zu vermeiden.
9. Sorgen Sie dafür, dass sich keine spitzen Gegenstände in der direkten Umgebung des Fitnessgeräts befinden. Das Gerät soll freistehen, und es sollen Sie keine Gegenstände in ein Umkreis von 0,5 Meter befinden.
10. Tragen Sie immer schützende und bequemen Kleidung, wenn Sie das Fitnessgerät benutzen. Tragen Sie vorzugsweise Sport- und Aerobicschuhe.
11. Wenn Sie sich plötzlich nicht wohl fühlen oder irgendwelche Beschwerden auftreten, müssen Sie die Übung sofort beenden. Dies gilt auch für den Fall, dass Sie Schmerzen oder Druck auf Ihren Gelenken verspüren. Schwindelanfälle sind ein Zeichen dafür, dass Sie zu intensiv mit dem Gerät trainiert haben. Wenn Sie sich schwindelig fühlen, legen Sie sich auf den Boden, und stehen Sie erst wieder auf, wenn Sie sich wieder besser fühlen.
12. Halten Sie das Gerät von offenem Feuer und heißen Oberflächen fern.
13. Das Gerät muss erst zum Stillstand kommen, bevor Sie es verlassen dürfen.
14. Sorgen Sie dafür, dass nie mehr als eine Person gleichzeitig das Gerät benutzt.
15. Lagern Sie das Gerät niemals im Freien.
16. Dieses Gerät ist ausschließlich für die Nutzung im Haushalt bestimmt, NICHT für betriebsmäßiger Nutzung.
17. Das höchstzulässige Gewicht auf diesem Gerät beträgt 100 KG.

Spezifisch

Bevor Sie das Laufband zum ersten Mal benutzen, sollten Sie sich die unten stehenden Vorschriften sorgfältig durchlesen, um Stromstoße, Brand oder sonstige Personenschaden zu vermeiden.

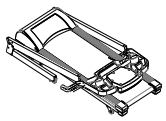
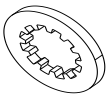
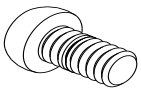
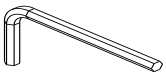
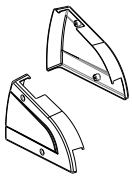
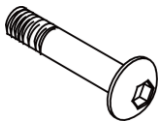
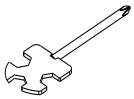
- Schalten Sie das Laufband nie ein, solange sich jemand auf der Laufflache befindet.
- Halten Sie sich während der Benutzung des Gerätes immer an den Handgriffen fest.
- Das Laufband kann hohe Geschwindigkeiten erreichen. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit gleichmäßig, um unerwartete Geschwindigkeitssprunge zu vermeiden.
- Benutzen Sie das Gerät auf keinen Fall an Orten, an denen mit Spraydosen (Zerstäubung) oder mit Sauerstoff gearbeitet wird.
- Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt eingeschaltet stehen. Entfernen Sie immer den Sicherheitsmagneten und schalten Sie den An/Aus-Schalter auf AUS (OFF).
- Beim Aufklappen oder Transport des Laufbandes müssen Sie sicherstellen, dass das Gerät gut gesichert ist.
- Schalten Sie das Gerät vor eventuellen Wartungs- und Montagearbeiten immer aus. Nehmen Sie die Schutzkappe für den Motor nur auf Anweisung eines qualifizierten Monteurs ab. Wartungs- und Reparaturarbeiten, die nicht in dieser Gebrauchsanweisung beschrieben werden, dürfen nur von einem qualifizierten Monteur durchgeführt werden.
- Stecker und Kabel dürfen nicht mit warmen Oberflachen in Berührung kommen.
- Sie können das Laufband ausschalten, indem Sie den Schalter auf OFF (AUS) schalten. Ziehen Sie anschließend den Stecker aus der Steckdose.
- Um Stromstoße zu vermeiden, sollten Sie dafür sorgen, dass elektrische Zubehörteile, wie Motor, Kabel oder der An/Aus-Schalter, weder mit Wasser noch mit anderen Flüssigkeiten in Berührung kommen. Legen Sie keine Gegenstande auf die Handgriffe, das Schaltbrett, den Computer oder das Laufband. Nehmen Sie in der Nähe des Geräts keine Erfrischung zu sich.

- Stecken Sie den Sicherheitsmagneten in das Schaltbrett, und machen Sie ihn anschließend an Ihrer Kleidung (Taille) fest, bevor Sie mit dem Training beginnen. Bei Problemen können Sie den Motor mit Hilfe einer Schnur sofort zum Stillstand bringen und so den Kontakt zwischen dem Sicherheitsstopp und dem Schaltbrett unterbrechen. Steigen Sie erst vom Laufband herunter, wenn dieses zum Stillstand gekommen ist. Stecken Sie den Sicherheitsstopp wieder in das Schaltbrett, wenn Sie mit dem Training fortfahren wollen.
- Sorgen Sie dafür, dass keine losen Gegenstande oder Handtücher mit dem Laufband in Berührung kommen. Tragen Sie keine weiten Kleidungsstucke, und binden Sie Ihr Haar zusammen. Das Laufband halt nicht sofort an, wenn etwas zwischen die Rollen oder das Band Gerät. Schalten Sie das Gerät sofort aus, wenn sich etwas eingeklemmt hat.
- Benutzen Sie beim Auf- und Absteigen stets die Handgriffe. Steigen Sie nur auf das Band wenn dieses langsam bewegt. Steigen Sie erst vom Laufband herunter, wenn dieses ganz zum Stillstand gekommen ist.
- Stellen Sie sich vor dem Auf- und Absteigen zuerst mit gespreizten Beinen auf die Plattformen, die sich links und rechts vom Laufband befinden.
- Versuchen Sie nie, sich umzudrehen, während das Band lauft. Halten Sie Ihr Gesicht und Ihren Körper immer nach vorne gerichtet.
- Rütteln Sie nie an dem Gerät. Stellen Sie sich nie auf die Handgriffe, den Computer, das Schaltbrett oder das Gehäuse.
- Um Personenschaden zu vermeiden, muss hinter dem Laufband genügend Raum sein.
- Das Gerät muss regelmäßig überprüft werden, um Verletzungen zu vermeiden. Das bedeutet, dass regelmäßig geprüft werden muss, ob Schrauben und Muttern gut festgezogen sind, oder ob Haarrisse oder scharfe Kanten u.ä. vorhanden sind die zu körperlichen Verletzungen führen könnten.
- Fehlerhafte Einzelteile müssen sofort ersetzt werden. Sollte dies nicht möglich sein, darf das Gerät in unreparierem Zustand nicht mehr verwendet werden.

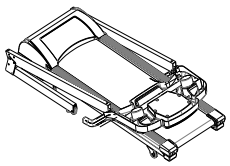
Elektrische Sicherung
Dieses motorgetriebene Laufband muss geerdet sein. Die Erdung sorgt dafür, dass es bei Störungen oder Defekten nicht zu Stromschlagen kommt. Das Laufband ist mit einen Stromkabel mit Stromleiter und geerdetem Stecker ausgestattet. Der Stecker muss in eine passende Steckdose gesteckt werden, die gemäß den örtlichen Vorschriften und Richtlinien installiert und geerdet ist.

Wichtig
Bei einem fehlerhaften Anschluss des Leitungskonduktors ist ein Risiko auf elektrische Schlage gegeben. Wenn Sie zweifeln, ob das Laufband richtig geerdet ist, nehmen Sie mit unserer Serviceabteilung Kontakt auf. Verändern Sie nichts im oder am Stecker des Laufbandes.

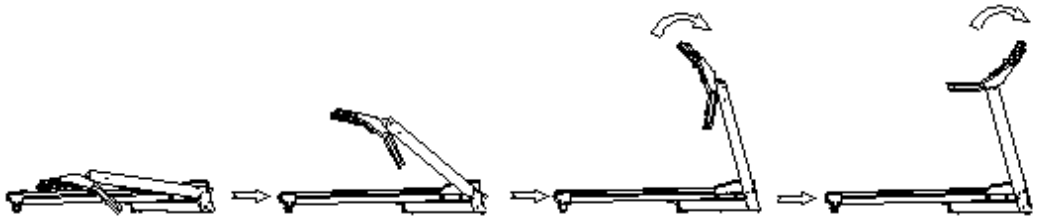
DAS PRODUKT
Folgendes Zubehör ist im Lieferumfang des Geräts enthalten.

1 Hauptgestell 	D30 Unterlegscheibe 8x 	D2 Schraube M8X15 4x 
D14 Sechskantschlüssel M5 1x 	B18/B19 L/R Frontabdeckung 2x 	D22 Schraube ST4.2X20 4x
D5 Schraube M8X45 4x 	D13 Schraubendreher 1x 	B25 Silikon-Öl 1 Set
C14 Sicherheitsclip 1x	B17 Buchablage 1x	D11 Schraube ST4.2X25 4x

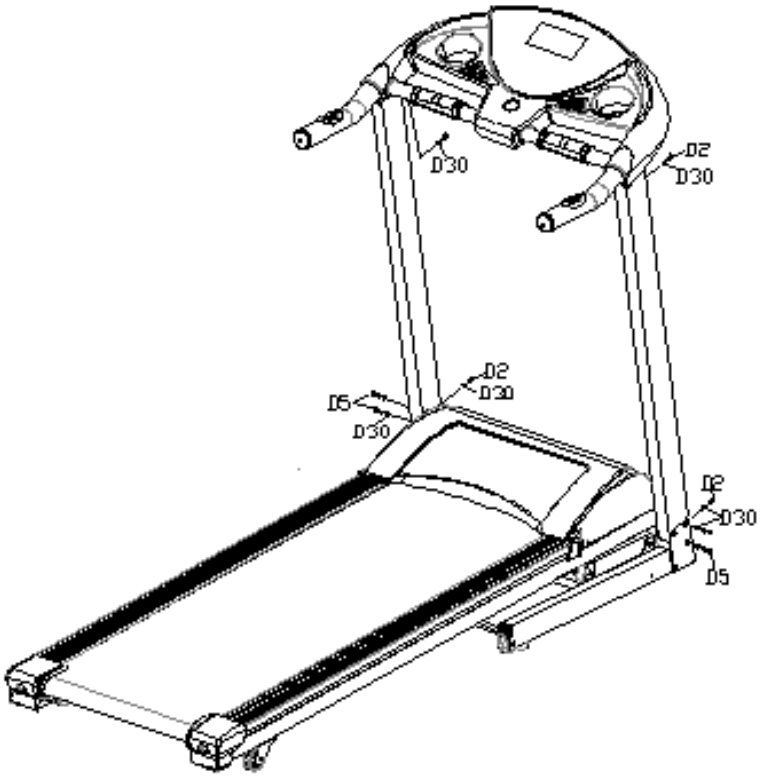
Schritt 1: Öffnen Sie die Verpackung und nehmen Sie alle Teile heraus. Stellen Sie das Hauptgestell (1) auf den Boden.



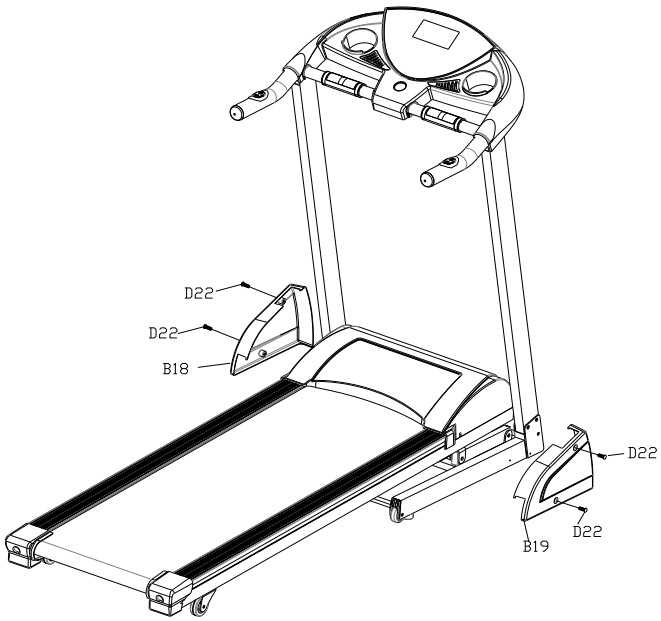
Schritt 2: Klappen Sie beide Standbeine und den Computer nach oben auf; siehe Abbildung. Stützen Sie die Standbeine und den Computer mit Ihren Händen ab, um ein Herunterfallen und mögliche Schäden zu vermeiden. Zerquetschen Sie beim Aufklappen nicht das Kabel.



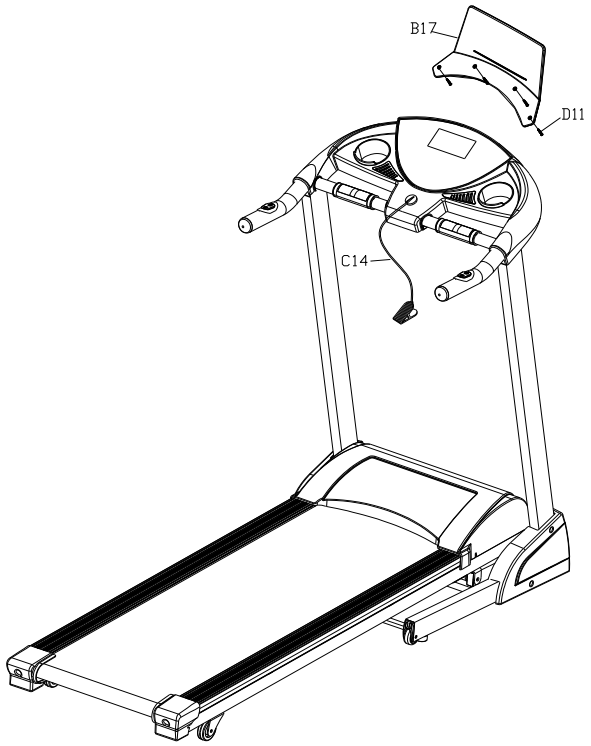
Schritt 3: Sichern Sie das Laufband mit Schraube D2 (M8*15), Schraube D5 (M8*45) und Unterlegscheibe D30.



Schritt 4: Befestigen Sie die Frontabdeckungen B18 und B19 am Laufband und sichern Sie diese mit den Schrauben D22 (ST4.2*20).

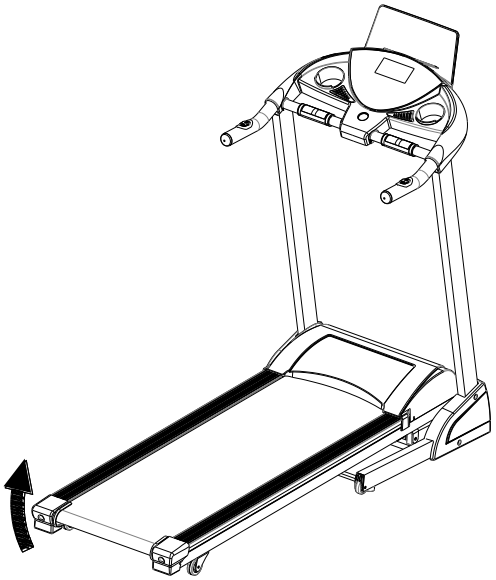


Schritt 4: Befestigen Sie die Buchablage (B17) mit der Schraube D11 (ST4.2*25) am Computer und stecken Sie dann den Sicherheitsclip C14 an.



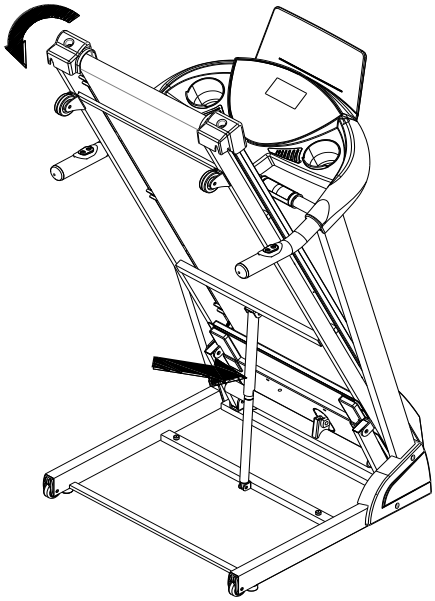
GEBRAUCH

Laufband hochklappen



Heben Sie das Hauptgestell in Pfeilrichtung an, bis es mit einem Klickgeräusch einrastet**.**

Laufband aufklappen



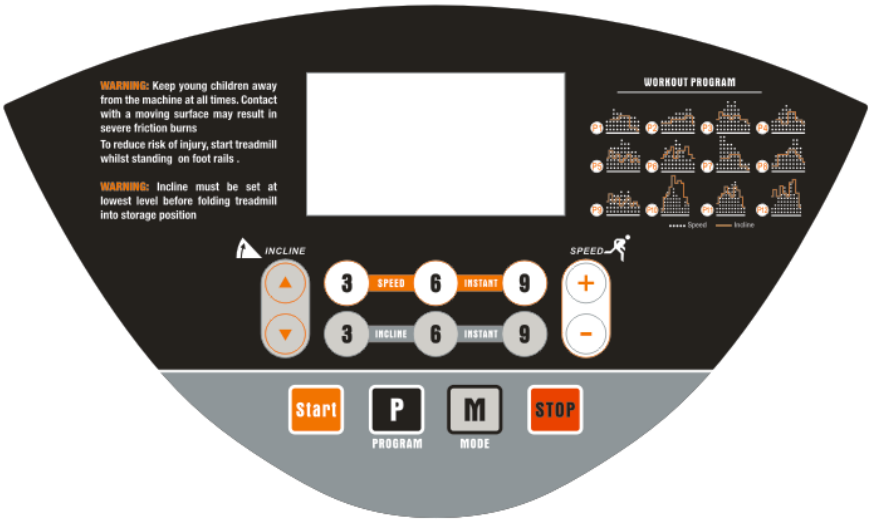
Klicken Sie vorsichtig auf die Sicherungsmanschette und ziehen Sie das Gerät gleichzeitig in Pfeilrichtung nach unten. Das Laufband klappt dann langsam nach unten auf.

Dieses Gerät muss geerdet werden. Im Fall von Fehlfunktionen oder Ausfällen bietet die Erdung einen Pfad des geringsten Widerstands für elektrischen Strom und reduziert somit die Gefahr eines Stromschlags. Das Netzkabel dieses Geräts verfügt über einen Erdungsleiter und einen Erdungsstecker. Der Stecker muss an eine entsprechend installierte und gemäß allen örtlich geltenden Codes und Vorschriften geerdete Steckdose angeschlossen werden.

VORSICHT: Der unsachgemäße Anschluss des Erdungsleiters kann einen Stromschlag verursachen. Wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder Kundendienst, falls Sie Zweifel bzgl. der sachgemäßen Erdung des Geräts haben. Modifizieren Sie nicht den mit dem Gerät mitgelieferten Stecker – falls der Stecker nicht in Ihre Steckdose passt, lassen Sie von einem qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.

Dieses Gerät ist für den Anschluss an eine 220V Stromversorgung bestimmt und verfügt über einen Erdungsstecker. Schließen Sie das Gerät nur an eine Steckdose an, die den Konfigurationen des Steckers entspricht. Verwenden Sie mit diesem Gerät keinen Adapter.

COMPUTER



Displayfunktionen
SPEED: Anzeige der Laufgeschwindigkeit (0,8 – 12,0 km/h)
TIME: Anzeige der Laufzeit oder des Countdown-Timers (0:00 – 99,59 Min.)
DISTANCE: Anzeige der gesamten Strecke oder des Strecken-Countdowns (0,00 – 99,9 km)
CALORIE: Anzeige der Kalorien oder des Kalorien-Countdowns (0,0 – 999 C)
INCLINE: Anzeige der Neigung (0 – 12)
PULSE: Anzeige der Pulsdaten (50 – 200 bpm)

Tasten
P (PROGRAM): Drücken Sie diese Taste im Standby-Modus, um ein Programm auszuwählen (1 manueller Modus, 12 voreingestellte Programme, 1 Körperfettprogramm und 3 Countdown-Funktionen).

MODE: Drücken Sie diese Taste, um zwischen den unterschiedlichen Countdown-Funktionen umzuschalten (H1= Countdown, H2= Strecken-Countdown, H3= Kalorien-Countdown). Stellen Sie die Daten mit den Tasten „SPEED+/-“ oder „INCLINE+/-“ entsprechend ein. Drücken Sie dann START, um das Laufband zu starten.

START: Drücken Sie diese Taste, wenn das Gerät eingeschaltet und der Sicherheitsclip angesteckt ist, um das Laufband zu starten.

STOP: Drücken Sie diese Taste während des Laufens, um das Laufband langsam anzuhalten. Die Geschwindigkeit wird schrittweise bis zum vollständigen Stillstand verringert.

SPEED+/ SPEED-: Stellen Sie mit diesen Tasten die Geschwindigkeit ein. Mit jedem Drücken der Tasten ändert sich die Einstellung um 0,1 km/h. Halten Sie die Tasten jeweils länger als 2 Sekunden gedrückt, um die Einstellung im Schnelldurchlauf zu ändern.

INCLINE+/INCLINE-: Stellen Sie mit diesen Tasten die Neigung des Laufbands ein. Mit jedem Drücken der Tasten ändert sich die Einstellung um 1 Niveau. Halten Sie die Tasten jeweils länger als 2 Sekunden gedrückt, um die Einstellung im Schnelldurchlauf zu ändern.

SCHNELLTASTEN GESCHW.: Drücken Sie eine der Schnelltasten 3km/h, 6km/h oder 9km/h, um während des Laufens direkt eine bestimmte Geschwindigkeit auszuwählen.

SCHNELLTASTEN NEIGUNG: Drücken Sie eine der Schnelltasten 3, 6 oder 9, um während des Laufens direkt eine bestimmte Neigung auszuwählen.

PULSFUNKTION: Halten Sie während des Laufens die Puls-Handgriffe 5 Sekunden lang fest. Im Display erscheinen dann die Pulsdaten. Der Puls wird innerhalb eines Bereichs von 50 bis 200 Schlägen/ Minute angezeigt. Während der Messung erscheinen herzförmige Symbole. Die ermittelten Daten sind nur Richtwerte und haben keine medizinische Aussagekraft.

Manueller Modus

7. Drücken Sie die Start-Taste. Der Timer zählt 5 Sekunden und danach startet das Gerät mit einer Ausgangsgeschwindigkeit von 0,8 km/h.
8. Stellen Sie die Geschwindigkeit mit den Tasten SPEED +/- ein.
9. Stellen Sie die Neigung mit den Tasten INCLINE +/- ein.
10. Drücken Sie die Stopp-Taste, um das Laufband anzuhalten.
11. Wählen Sie mit den Geschwindigkeits-Schnelltasten direkt eine Geschwindigkeit aus.
12. Wählen Sie mit den Neigungs-Schnelltasten direkt eine Neigung des Laufbands aus.

Voreingestellte Programme

Drücken Sie PROGRAM. In der Anzeige erscheinen die Programme P1 bis P12. Wählen Sie das gewünschte Programm aus. Anschließend leuchtet die Anzeige TIME. Die Standardeinstellung ist 10:00, mit SPEED+/SPEED- oder INCLINE+/INCLINE- können Sie die Zeit angleichen. Drücken Sie START um das Laufband zu starten. Das Programm wird in 10 Abschnitte aufgeteilt. Jeder Abschnitt entspricht 10% der Laufzeit. Wenn das Programm in den nächsten Abschnitt gelangt, ertönt ein Signalton und die Geschwindigkeit und Steigung werden der des neuen Abschnittes angepasst. Verwenden Sie SPEED+/SPEED- oder INCLINE+/INCLINE- um die Geschwindigkeit und Steigung zu verändern. Wenn das Programm einen neuen Abschnitt beginnt, werden die Geschwindigkeit und Steigung entsprechend der voreingestellten Geschwindigkeit und Steigung angepasst. Wenn das Programm beendet ist, hören Sie 10 Signaltone und das Laufband verlangsamt die Geschwindigkeit nach 5 Sekunden, bis zum vollständigen Stillstand.

Jedes Programm wird in 10 Abschnitte aufgeteilt. Die Dauer jedes Abschnittes ist abhängig von der eingestellten Laufzeit. Jeder Abschnitt betragt 10% der gewählten Laufzeit, und jeder Abschnitt hat eine voreingestellte Geschwindigkeit und Steigung.

Tabelle 1 (Geschwindigkeit in km/h und Steigung in % pro Abschnitt pro Programm)
PROGRAMM

ZEITINTERVALL / PROGRAMM		STANDARDZEIT/ 10 = ZEIT JEDER EINZELNEN STUFE									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	GESCHW.	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	NEIGUNG	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	GESCHW.	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	NEIGUNG	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	GESCHW.	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	NEIGUNG	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	GESCHW.	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	NEIGUNG	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	GESCHW.	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	NEIGUNG	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	GESCHW.	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	NEIGUNG	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	GESCHW.	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	NEIGUNG	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	GESCHW.	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	NEIGUNG	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	GESCHW.	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	NEIGUNG	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	GESCHW.	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	NEIGUNG	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	GESCHW.	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	NEIGUNG	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	GESCHW.	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	NEIGUNG	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

PROGRAMMÜBERSICHT

FAT (Körperfettprogramm)
Drücken Sie die Taste PROGRAM wiederholt, um das Körperfettprogramm auszuwählen. Drücken Sie MODE für die Eingabe der Daten.
F1= GESCHLECHT
F2= ALTER
F3= GRÖSSE
F4= GEWICHT

Ändern Sie die Einstellungen mit den Tasten SPEED+ und SPEED-. Nach der Einstellung erscheint im Display F5. Halten Sie die Puls-Handgriffe fest. Im Display wird Ihr Body-Mass-Index angezeigt. Der Body-Mass-Index misst das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht.

Mit dem FAT-Programm können sowohl Männer als auch Frauen Ihr Gewicht zusammen mit dem Body-Mass-Index verändern. Der optimale FETT-Wert liegt zwischen 20 und 25. Liegt er unter 19, sind Sie zu dünn; liegt er zwischen 25 und 29, sind Sie übergewichtig; liegt er oberhalb von 30, dann sind Sie fettleibig. (Diese Daten sind nur Richtwerte und haben keine medizinische Aussagekraft).

F1	Geschlecht	01 Männlich 02 Weiblich
F2	Alter	10 - 99
F3	Größe	100 - 200
F4	Gewicht	20 - 150
F5	FETT	≤19 Untergewicht
		20 - 25 Normalgewicht
		25 - 29 Übergewicht
		≥30 Fettleibigkeit

Bitte beachten Sie: Erfolgt im RUHEMODUS innerhalb von 10 Minuten keine Eingabe, aktiviert das Gerät automatisch den Energiesparmodus; das Display ist ohne Anzeige und der Computer nicht beleuchtet. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System wieder aufzuwecken.
1.13.2 Der Countdown-Timer, der Kalorien-Countdown und der Strecken-Countdown lassen sich immer nur einzeln einstellen. Drücken Sie die letzte Option, und der eingestellte Countdown startet. Für die anderen Einstellungen erscheinen normale Daten.

COUNTDOWN-FUNKTION
Standardeinstellung des Timer-Countdowns: 30:00 Minuten. Einstellungsbereich 5:00 – 99:00 Minuten, in Schritten von 1:00 Minute.
Standardeinstellung des Kalorien-Countdowns: 50. Einstellungsbereich 10 – 990, in Schritten von 10.
Standardeinstellung des Strecken-Countdowns: 0,8 km. Einstellungsbereich: 0,5 – 99,9 km, in Schritten von 0,1 km.

Anzeigesequenz der Einstellungen: Manuell, Zeit, Strecke, Kalorien.

BANDEINSTELLUNG

Es kann sein, dass das Laufband während der ersten Wochen der Benutzung nachgestellt werden muss. Alle Bänder wurden in der Fabrik präzise angebracht. Es ist möglich, dass sich das Band durch die Benutzung ausdehnt oder seitwärts bewegt. Das Ausdehnen des Bandes ist normal während der Einlaufphase.

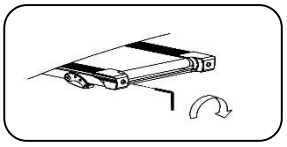
Einstellung der Bandspannung
Wenn sich das Band so anfühlt, als ob es schleift oder stottert, sobald Sie Ihren Fus während des Trainings draufsetzen, kann es sein, dass die Spannung des Bandes erhöht werden muss. Erhöhung der Bandspannung:

1. Setzen Sie das Laufband in Betrieb, ohne dass sich jemand darauf befindet und stellen Sie die Geschwindigkeit auf 5,6 km/h ein.
2. Setzen Sie einen Schlüssel an der linken Spannungsschraube des Bandes an. Drehen Sie den Schlüssel eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn, so dass die hintere Rolle angezogen und die Spannung des Bandes erhöht wird.
3. Wiederholen Sie Schritt 2 bei der rechten Spannungsschraube. Vergewissern Sie sich, dass beide Schrauben gleich fest angezogen sind, so dass die hintere Rolle ausbalanciert und waagrecht in Bezug auf den Rahmen ist.
4. Wiederholen Sie die Schritte 2 und 3, bis das Schleifen des Bandes aufhört.
   Achtung: achten Sie darauf, dass Sie das Laufband nicht zu fest spannen, so dass ein zu hoher Druck auf die vorderen und hinteren Rollentrager entsteht. Dies erzeugt ein schleifendes Geräusch.

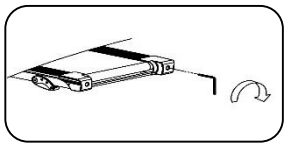
Zentrierung des Bandes
Beim Laufen setzen Sie einen Fuß manchmal härter auf als den anderen. Wie biegsam das Band ist, hängt von der Spannkraft des einen Fußes im Vergleich zum anderen ab. Diese Biegsamkeit sorgt dafür, dass sich das Band zur Mitte der Laufflache zurückbewegt, wenn die Gewichtsverteilung ausgewogen ist oder sich niemand auf dem Laufband befindet.

Wenn sich das Laufband stets auf eine Seite bewegt, müssen Sie es manuell zentrieren:

1. Stellen Sie das Gerät auf einem flachen Untergrund auf.
2. Setzen Sie das Laufband in Betrieb, ohne dass sich jemand darauf befindet und stellen Sie die Geschwindigkeit auf 5,6 km/h ein.
3. Beobachten Sie, ob sich das Band zur rechten oder linken Seite der Lauffläche bewegt.
   a. Wenn es sich zur linken Seite der Lauffläche bewegt:
      Drehen Sie die linke Verstellschraube mit Hilfe des Schlüssels eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn und die rechte Verstellschraube eine Viertelumdrehung gegen den Uhrzeigersinn.



   b. Wenn es sich zur rechten Seite der Lauffläche bewegt:
      Drehen Sie die rechte Verstellschraube mit Hilfe des Schlüssels eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn und die linke Verstellschraube eine Viertelumdrehung gegen den Uhrzeigersinn.



   c. Wenn das Band nun noch immer nicht zentriert ist, wiederholen Sie die oben genannten Schritte, bis das Band in der Mitte läuft.

4. Sobald das Band zentriert ist, erhöhen Sie die Geschwindigkeit. Vergewissern Sie sich, dass das Band reibungslos läuft. Wiederholen Sie, wenn nötig, die oben genannten Schritte. Wenn der Vorgang nicht das gewünschte Ergebnis bringt, müssen Sie wahrscheinlich die Spannung des Bandes erhöhen.

PFLEGE UND WARTUNG

Achtung: um einen elektrischen Schlag bei der Reinigung bzw. routinemäßigen Wartung des Gerätes zu verhindern, müssen Sie darauf achten, dass das Laufband ausgeschaltet und der Stecker herausgezogen ist.

Schmieröl für Laufband und Lauffläche

Um eine maximale Lebensdauer zu gewährleisten, muss dieses Laufband regelmäßig mit Schmieröl eingefettet werden, als Bestandteil der allgemeinen Wartungsarbeiten an diesem Gerät. Dies verhindert eine frühzeitige Abnutzung des Laufbandes, der Lauffläche und des Antriebsmotors.

Benutzung	**Schmieröl**
Weniger als 3 Stunden pro Woche	1x pro Jahr
3 – 5 Stunden pro Woche	Alle 6 Monate
Mehr als 5 Stunden pro Woche	Alle 3 Monate

Reinigung

Schweißtropfen müssen nach dem Training immer von der Konsole und der Lauffläche weggewischt werden. Einmal pro Woche muss das Laufband mit einem weichen, feuchten Tuch gereinigt werden. Achten Sie darauf, dass kein Wasser auf dem Anzeigepult verschüttet wird, da dies elektrische Störungen verursachen kann. Wenn Sie die Abdeckung des Gerätes zum Ölen abnehmen, empfehlen wir Ihnen, diesen Teil des Laufbandes gleichzeitig von Staub zu befreien.
Achtung: verwenden Sie keine Scheuermittel oder Lösungsmittel Reiniger zur Reinigung der Geräts.

Aufbewahrung

Vergewissern Sie sich, dass der Stromschalter ausgeschaltet und der Stecker herausgezogen ist. Bewahren Sie das Laufband an einem sauberen, trockenen Ort auf. Vermeiden Sie es, dass Gerät in extrem kalter oder feuchter Umgebung zu benutzen, da dies zu Korrosion und damit verbundenen Problemen führen kann.

Transport

Dieses Laufband wurde zum leichteren Transport mit Rollen konzipiert und ausgestattet. Vergewissern Sie sich, dass der Stromschalter ausgeschaltet und der Stecker herausgezogen ist, bevor Sie das Laufband transportieren.

WICHTIGE HINWEISEN ZUM TRAINING

- Bevor Sie mit dem Training beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Fragen Sie ihn, in welchem Umfang ein Training für Sie angemessen ist. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen.

- Vermeiden Sie eine Überbelastung Ihres Körpers. Trainieren Sie nicht, wenn Sie müde oder erschöpft sind. Wenn Sie es nicht gewohnt sind, sich körperlich zu betätigen, beginnen Sie anfangs langsam.
- Beenden Sie die Übungen sofort, wenn Sie schmerzen oder Beschmerzen merken.
- Achten Sie während des Trainings auf eine gleichmäßige und ruhige Atmung.
- Um Verletzungen zu vermeiden, beginnen Sie das Training mit Aufwärmübungen und hören Sie mit einer Cool-Down-Phase wieder auf. Nutzen Sie dazu die Übungen, die in dieser Anleitung beschrieben werden.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings genügend trinken. Bedenken Sie, dass die empfohlene Trinkmenge von ca. 2 Liter pro Tag durch körperliche Belastung erhöht wird.
- Benutzen Sie das Produkt nur mit Sportkleidung und geeigneten Schuhen, die über eine rutschfeste Sohle verfügen. Vermeiden Sie weite Kleidung, die sich in den beweglichen Teilen des Produkts verfangen könnten.

AUFWÄRMÜBUNGEN / STRETCHING / COOL- DOWN

Ein erfolgreiches Training beginnt mit Aufwärmübungen und endet mit Übungen zum Abwärmen und Entspannen. Die Aufwärmübungen bereiten Ihren Körper auf die folgenden Beanspruchungen vor. Die Abwärm-/Entspannungsphase nach dem Training sorgt dafür, dass Sie keine Muskelbeschwerden bekommen und Muskelkater vermieden wird. Achten Sie auf folgende Punkte:

- Wärmen Sie jede Muskelgruppe für etwa 5 bis 10 Minuten sorgfältig auf, die Sie im darauf folgenden Training beanspruchen. Die Stretchingübungen sind richtig ausgeführt, wenn Sie in dem entsprechenden Muskel eine angenehme Spannung spüren.
- Geschwindigkeit spielt bei den Stretchingübungen keine Rolle. Schnelle und ruckartige Bewegungen sind zu vermeiden.

Übungen für den Nacken (1)
Drehen Sie Ihren Kopf nach rechts, und fühlen Sie die Spannung in Ihrem Nacken. Heben Sie das Kinn zur Decke, und öffnen Sie dabei den Mund. Drehen Sie Ihren Kopf nach rechts, und senken Sie ihn schließlich bis zur Brust. Dies können Sie mehrmals wiederholen.

Übungen für die Schulterpartie (2)
Ziehen Sie abwechselnd die linke und die rechte Schulter hoch oder beide Schultern gleichzeitig.

Streckübungen mit den Armen (3)
Strecken Sie abwechselnd den linken und den rechten Arm Richtung Decke. Fühlen Sie die Spannung in Ihrer rechten und linken Seite. Wiederholen Sie diese Übung mehrmals.

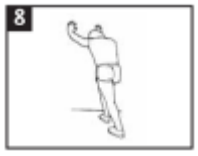
Übungen für die Oberschenkel (4)
Stützen Sie eine Hand an der Wand ab, reichen Sie zu Ihrem Fuß nach hinten, und Ziehen Sie den rechten bzw. linken Fuß so nah wie möglich an Ihr Gesäß. Wiederholen Sie diese Übung 15 mal pro Bein.

Innenseite Oberschenkel und Beine strecken (5)
Setzen Sie sich auf den Boden, und legen Sie Ihre Füße so aneinander, dass Ihre Knien nach außen zeigen. Ziehen Sie Ihre Füße so nah wie möglich an Ihre Leisten. Drücken Sie die Knie nun vorsichtig nach unten. Wiederholen Sie diese Übung, wenn möglich, 15 mal.

Zehen berühren (6)
Beugen Sie Ihren Rumpf langsam nach vorne, und versuchen Sie, mit den Händen die Füße zu berühren. Reichen Sie so weit wie möglich zu Ihren Zehen hinunter, und wiederholen Sie das 15 mal.

Übungen für die Kniesehnen (7)
Setzen Sie sich auf den Boden, und strecken Sie Ihr rechtes Bein aus. Winkeln Sie Ihr linkes Bein, und legen Sie Ihren Fuß an den rechten Oberschenkel an. Versuchen Sie nun, mit dem rechten Arm Ihren rechten Fuß zu erreichen. Wiederholen Sie die Übung für jedes Bein 15 mal.

Übungen für die Waden / Achillessehne (8)
Legen Sie beide Hände an die Wand, und stützen Sie sich mit Ihrem ganzen Körper ab. Stellen Sie abwechselnd das linke und das rechte Bein nach hinten. Dabei wird das hintere Bein gedehnt. Wiederholen Sie diese Übung 15 mal für jedes Bein.



ENTSORGUNG VON ALTGERÄTEN

1. Wenn dieses Symbol eines durchgestrichenen Abfalleimers auf einem Produkt angebracht ist, unterliegt dieses Produkt der europäischen Richtlinie 2002/96/EC.
2. Alle Elektro- und Elektronik-Altgeräte müssen getrennt vom Hausmüll über dafür staatlich vorgesehenen Stellen entsorgt werden.

3. Mit der ordnungsgemäßen Entsorgung des alten Geräts vermeiden Sie Umweltschäden und eine Gefährdung der persönlichen Gesundheit.
4. Weitere Informationen zur Entsorgung des alten Geräts erhalten Sie bei der Stadtverwaltung, beim Entsorgungssamt oder in dem Geschäft, wo Sie das Produkt erworben haben.

Powerpeak
Thermiekstraat 1a
6361 HB Nuth
Niederlande
www.powerpeak.com

TECHNISCHE DATEN

Modell:	FTM6715
Leistung:	750 W
Spannung:	220 – 240 V~
Frequenz:	50 HZ

GARANTIEBEWEIS

Dieser Garantieschein deckt Ihr Gerät innerhalb eines Zeitraums von 24 Monaten ab dem Datum des Ankaufs bezüglich Defekten an dem Gerät unter der Voraussetzung ab, dass Sie das Gerät in korrekter Weise benutzt haben, wie es in der Gebrauchsanweisung beschrieben steht.

Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Beschädigung oder Reparaturversuche von Dritten auftreten, fallen nicht unter die Garantie.

Die Garantie gilt nicht für das mitgelieferte Zubehör und andere Teile des Geräts, die der Abnutzung unterliegen. Ihre diesbezügliche evtl. Nachbestellung können Sie an www.muppa.de richten.

Dieses Gerät ist ausschließlich für die Nutzung im Haushalt bestimmt. Schäden und / oder Störungen aufgrund betriebsmäßiger Nutzung werden von der Garantie ausgeschlossen.

Sie können sich auf die Garantie berufen, wenn:

- Das Gerät entsprechend der Gebrauchsanweisung, benutzt worden ist
- Sie einen gültigen Ankaufsbeweis vorlegen können und dieser nicht auf irgendeine Weise geändert oder unlesbar gemacht wurde;
- Von dazu nicht autorisierten Reparaturwerkstätten oder dazu nicht befugten Personen keine Eingriffe vorgenommen worden sind;
- Der Schaden nicht aufgrund von Fremdeinwirkung auf das Gerät entstanden ist, wie u.a. durch Brandschaden, Wasserschaden, Transportschaden, atmosphärische Entladungen, ungenügende oder falsche Pflege.

Sollte trotz unserer sorgfältigen Qualitätskontrolle Ihr Gerät nicht zufrieden stellend funktionieren, können Sie sich auf unseren Service berufen.

Wir empfehlen Ihnen in jedem Fall, bei etwaigen Problemen erst die Gebrauchsanweisung sorgfältig zu lesen, ehe Sie sich an uns wenden.

KUNDENDIENST

SERVICE

Der Service in Deutschland wird durchgeführt von:
Powerpeak Service
Service Center Feuerbach KG
Cornelius Straße 75
40215 Düsseldorf
Tel 0211-381007
Fax 0211-370497
E-Mail: info@powerpeak-service.de
Web: www.powerpeak-service.de

English

User manual

Powerpeak Motorised Treadmill
FTM6715

TABLE OF CONTENTS

SAFETY REGULATIONS
THE PRODUCT
ASSEMBLY
THE USE
COMPUTER
BELT ADJUSTMENT
CARE AND MAINTENANCE
IMPORTANT ADVICE FOR TRAINING
WARM-UP/STRETCHING/COOL-DOWN
DISPOSAL OF YOUR OLD APPLIANCE
TECHNICAL DETAILS
GUARANTEE

The photographs serve as an illustration. Subject to alterations.

SAFETY REGULATIONS

Warning

Consult your doctor before starting your training. A frequent and strenuous training program must be approved by your general practitioner. This is especially important for people of 35 years or older or those with physical problems. We are not responsible for personal injury or physical complaints that are the result of the use of this equipment and therefore cannot be held accountable.

General

1. Read this manual carefully before using this device. Keep this manual in a safe place for future reference.
2. Use the device for its intended purposes only as described in this manual.
3. This device is not intended for use by children or persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they are supervised or given instruction regarding proper use by a person responsible for their safety. Careful supervision is required if the device is used near children, pets or plants.
4. Keep children and animals away from the equipment. Children's enthusiasm may lead to the incorrect use of the device. Under no circumstances should it be used as a toy.
5. Do not allow children to play with the plastic wrapping as there is danger of suffocation.
6. Make sure that the device has been correctly assembled prior to use. Ensure that all screws, nuts and bolts have been fitted correctly and tightened properly. Use only the parts that are recommended by Powerpeak and those that have been delivered with the device.
7. Check regularly whether the device is not damaged. Do not use it if it is damaged or has broken down.
8. Always use the device on a level and clean surface. Never use it outdoors. If necessary, place rubber matting underneath the device to reduce possible damage to your floor.
9. Make sure there are no sharp or pointed objects in the immediate vicinity of the device. Clear at least 0.5 meters of free space around the device.

10. Always wear safe and comfortable clothing when you are using fitness equipment. Preferably wear sport shoes or aerobic footwear.
11. In the event you feel faint of suffer other discomfort, stop using the device immediately. You also need to stop when you experience pain or pressure in your joints. Dizziness is a sign that you worked out excessively. If you feel dizzy, stretch out on the floor and do not try to get back on your feet until the dizziness has disappeared.
12. Keep the device away from fire and hot surfaces.
13. The device must have come to a complete standstill before stepping down.
14. Make sure there is never more than one person using the device at the same time.
15. Always store the device indoors.
16. This device is only intended for domestic use, NOT for commercial use.
17. The maximum permissible weight on this equipment is 100 KG.

Attention

To reduce the risk of electric shock, burns, fire or other injury, please read the following precautions and information before operating this treadmill.

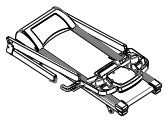
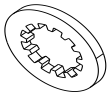
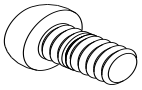
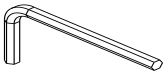
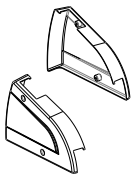
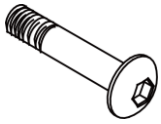
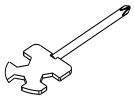
- Never switch the treadmill on while someone is standing on the running surface.
- Always hold the handrails when using the treadmill.
- The treadmill is capable of high speeds. To avoid sudden jumps in speed, adjust the speed in small increments.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- Never leave the treadmill unattended while it is running. Always remove the safety key and move the on/off switch to the OFF position when the treadmill is not in use.
- When folding or moving the treadmill, make sure that the safety lock is fully engaged.
- Always unplug the power cord before performing the maintenance and adjustment procedures described in this manual. Do not remove the motor cover unless instructed to do so by an authorized service representative. Servicing other than the procedures in this manual should be performed by an authorized service representative only.
- Keep the plug and power cord away from hot surfaces.
- To disconnect, turn the power switch to the OFF position before removing the power plug from the wall socket.
- Keep all electrical components, such as the motor, power cord and on/off switch away from water or other liquids to prevent shock. Do not place anything on the handrail, computer console or belt. Never place liquids on any parts of the unit.
- Always insert the safety key and attach the clip to your clothing at your waist before starting your workout. If you encounter problems and need to stop the motor quickly, simply pull the cord to disengage the safety key from the console. To get off the treadmill, wait until the belt has stopped moving, then step onto the side platforms and on to the floor. To continue operation simply reinsert the safety key into the console.
- Keep all loose clothing and towels away from the running surface. Do not wear loose clothing and tie back long hair. The belt will not stop immediately if an object becomes caught in the rollers or belt. Should an object become caught, turn the unit off immediately.
- Proceed with caution when getting on or off the treadmill. Use the handrails whenever possible. Only step onto the running surface when it is running at a very slow speed. Do not step off the treadmill while the belt is moving.
- To get on or off the running surface, straddle the running surface by standing on the right and left plastic platforms on each side of the belt.
- Never attempt to turn around while on the treadmill with the belt running. Keep your head and body facing forward at all times.
- Do not rock the treadmill, stand on the handrails or computer console at any time.

- To reduce the risk of personal injury, there must be sufficient space behind the treadmill.
- This device requires a regular check-up to prevent physical injury. This means that bolts and nuts should be frequently checked for cracks and sharp edges etc.
- Defective components must be replaced immediately. If this is not possible, the device must be put out of order until the necessary repairs have been made.

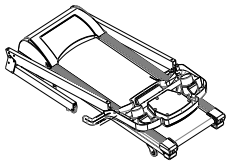
Electrical safety
This motorised treadmill must be grounded. Should it break or malfunction, grounding reduces the risk of shock. The treadmill is equipped with a power cord with grounding conductor and an earth connection in the plug. The plug must be inserted into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinance.

Important
There is risk of electric shock if the grounding conductor is not properly connected. If you doubt whether this treadmill is earthed in the correct manner, please contact our service department. Do not change the power cord or plug.

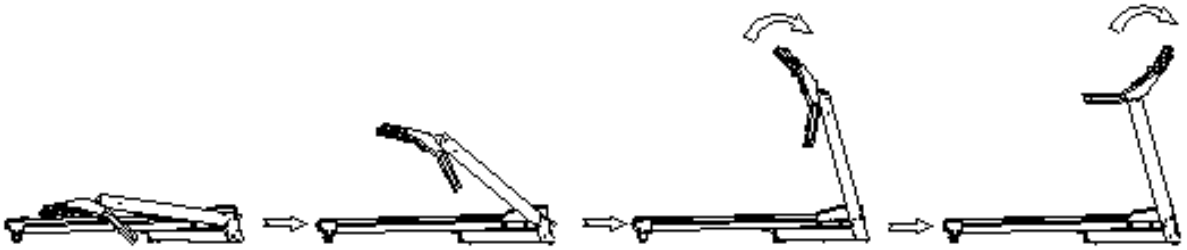
THE PRODUCT
If you open the carton, you will find the spare parts below.

1 Main frame 1set 	D30 Washer 8PCS 	D2 Bolt M8X15 4PCS 
D14 Allen wrench M5 1 PC 	B18/B19 L/R Front cover 2PCS 	D22 Screw ST4.2X20 4PCS
D5 Bolt M8X45 4PCS 	D13 Screw driver 1PCS 	B25 Silicon oil 1 PC
C14 Safety cover 1 set	B17 Book shelf 1PC	D11 Screw ST4.2X25 4PCS

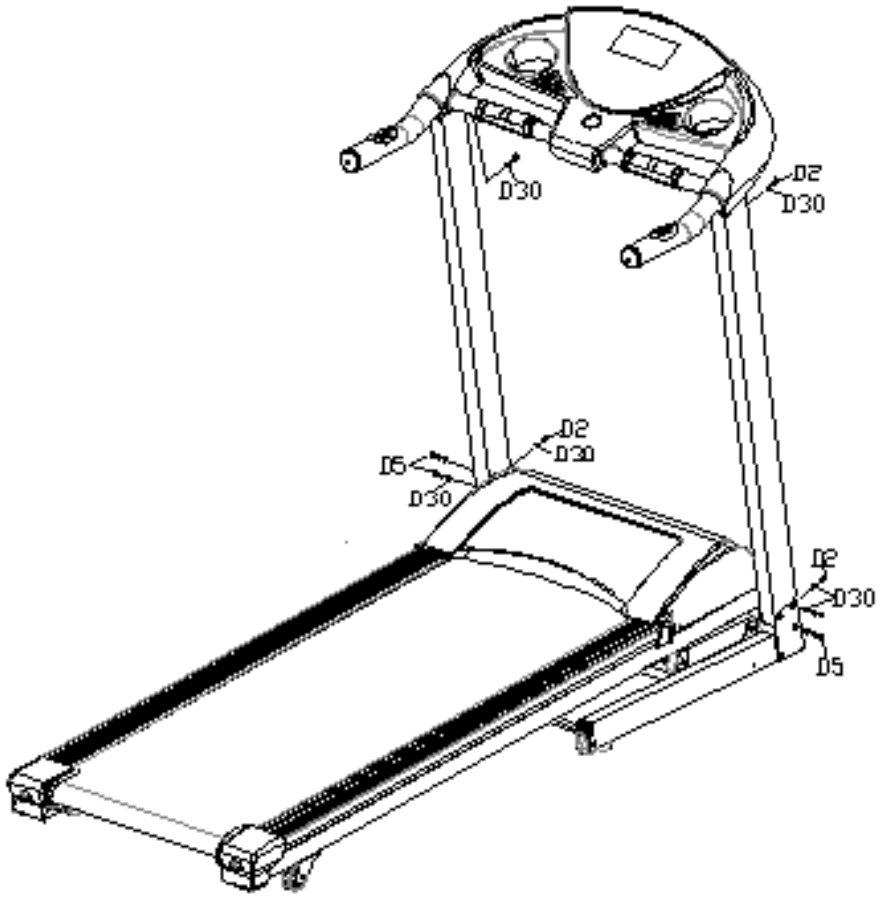
Step 1: Open the carton and take out all the parts. Place the main frame (1) on the floor.



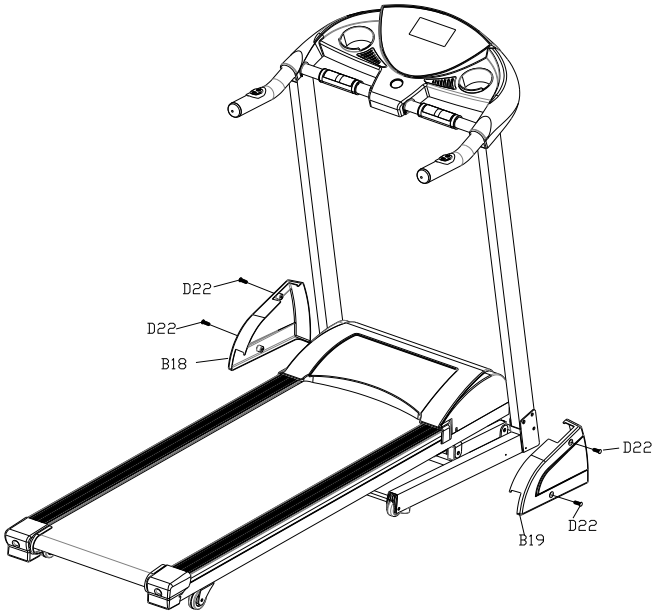
Step 2: Pull up both columns and the computer, as shown in the figure. Support the columns and the computer with your hands to avoid falling down and damaging. Be careful not press the line when folding



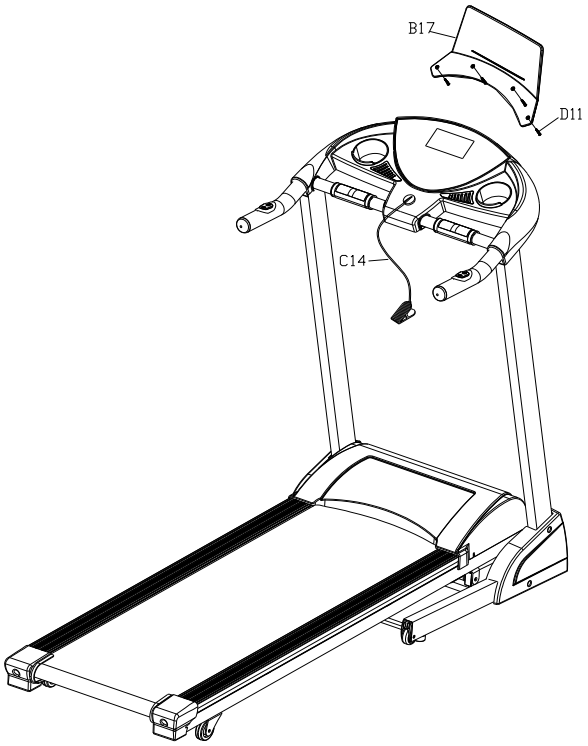
Step 3: Lock the treadmill with Bolt D2 (M8*15), Bolt D5 (M8*45) and Washer D30**.**



Step 4: Attach the front cover B18 and B19 onto the treadmill and lock with screws D22 (ST4.2*20).

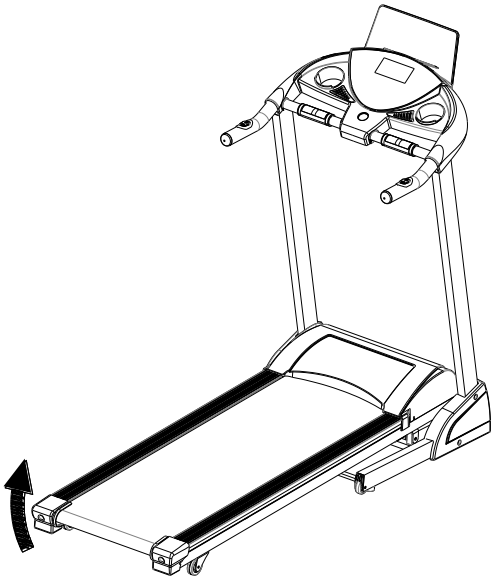


Step 5: Lock the book shelf B17) on the computer with screw D11 (ST4.2*25), then put on the Safety key C14.



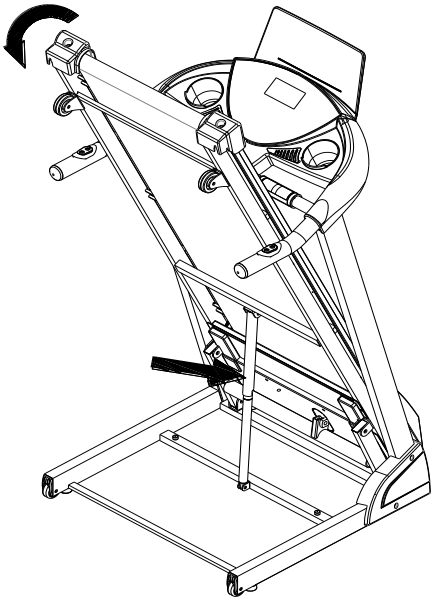
THE USE

Folding the treadmill



Lift up the main frame in the direction of the arrow until you hear a click sound from the cylinder**.**

Unfolding the treadmill



Kick the safety sleeve lightly and pull down the machine at the same time as the arrow direction. Then the machine will fall down smoothly.

This product must be grounded. If it should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

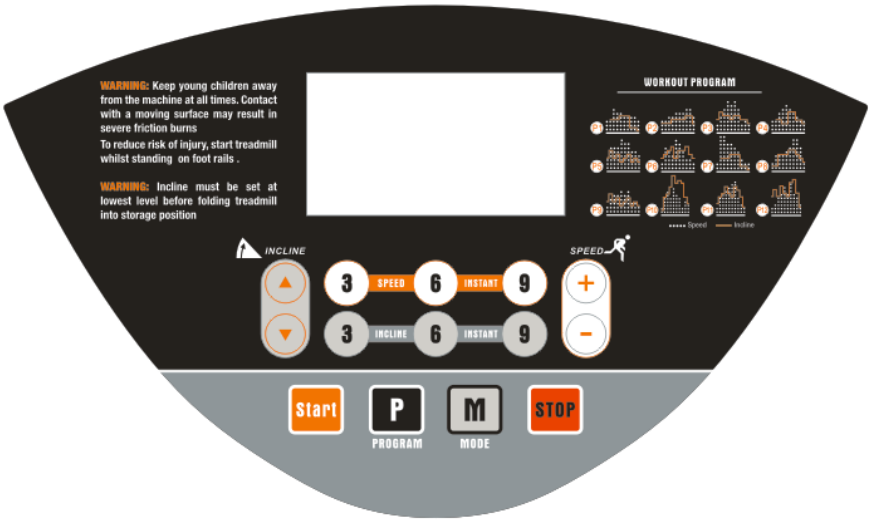
DANGER: Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product – if it will not fit the outlet, Please find a proper outlet installed by a qualified electrician.

This product is for use on a nominal 220V circuit and has a grounding plug . Make that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

COMPUTER

Display functions

SPEED: Display running speed (0.8-12.0 km/h)
TIME: Display the running time or countdown time (0:00 – 99.59 MIN)
DISTANCE: Display the running total distance or distance countdown (0.00 – 99.9 KM)
CALORIE: Display the calorie or calorie countdown (0.0 – 999 C)
INCLINE: Display the incline (0 – 12)
PULSE: Display pulse data (50 – 200 BPM)



Buttons

P (PROGRAM): when in standby mode, this button is for choosing a program (1 manual mode, 12 pre-set programs, 1 body fat program and 3 countdown functions)

MODE: you can use this button to switch between the different countdown modes (H1= countdown, H2= distance countdown, H3= calorie countdown). Press the "SPEED+/-" or "INCLINE+/-"button to adjust the data. Then press START to start the treadmill

START: when the device is switched on and the safety key is attached, press this button to start the treadmill.

STOP: If you push this button while running, the treadmill slowly stop. The speed will decline until the treadmill has come to complete stand still

Speed+/ SPEED-: with these buttons you can increase or decrease the speed. The speed will change 0.1km/h each time you push the button. If you push the button for more than 2 seconds the speed will change quickly.

INCLINE+/INCLINE-: with these buttons you can increase or decrease the incline. The incline will change 1 level each time you push the button. If you push the button for more than 2 seconds the incline will change quickly.

QUICK SPEED: press the speed quick button 3km/, 6km/h, 9km/h to adjust the speed directly when the treadmill is running

QUICK INCLINE: press the incline quick button 3, 6, 9 to adjust the incline directly when the treadmill is running

PULSE FUNCTION: when the treadmill is running, hold the hand pulse about 5 seconds, it will display pulse data. The pulse data range is 50-200 times/ minute. It has heart-shaped graphics when testing pulse. This data is only for reference, cannot be as medical data.

Manual model

13. Press start key, time count down 5 seconds, then treadmill will start to work with initial speed 0.8km/h.
14. To adjust the speed press speed +/-

15. To adjust the incline press incline+/-
16. To stop the treadmill press stop
17. To quickly adjust the speed press the quick speed key
18. To quickly adjust the incline press the quick incline key

Pre-set programs
Press PROGRAM. The display will show the programs P1 to P12. Choose the desired program. Then the TIME display will blink. The standard time setting is 10:00, with SPEED+/SPEED- or INCLINE+/INCLINE- you can adjust the time. Press START to start the chosen program. The program is split in 10 sections. Each section is 10% of the set running time. When the program enters a new section, the device will make a sound signal and the speed and incline will be adjusted to the speed and incline of the new section. Use SPEED+/SPEED- or INCLINE+/INCLINE- to adjust the speed and incline. When the program enters a new section, the speed and incline will be changed to the pre-set speed and incline. When the program is finished, you will hear 10 sound signals and the treadmill will slow down after 5 seconds until complete stand still.

Each program is split in 10 sections, the time of each section depends on the set running time. Each section is 10% of the chosen running time, and each section has a pre-set speed and incline.

Table 1 (speed in km/h and incline in % per section per program)

PROGRAM EXERCISE CHART

TIME INTERVAL / PROG		SET TIME/10=EVERY GRADE TIME									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	INCLINE	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	SPEED	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	INCLINE	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINE	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	SPEED	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	INCLINE	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	SPEED	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	INCLINE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	SPEED	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINE	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	SPEED	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	INCLINE	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	INCLINE	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2

P9	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPEED	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	INCLINE	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	SPEED	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	INCLINE	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	SPEED	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	INCLINE	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

FAT (body fat program)
Press PROGRAM continually to enter the body fat program. Press MODE to enter the data
F1= SEX
F2= AGE
F3= HEIGHT
F4= WEIGHT

Use SPEED+, SPEED- to set. After setting, the computer will display F5. Hold the hand pulse, the window will display your body quality index. The body quality index is to test the relation between height and weight not the body scale.

The body FAT suits for any male and female to adjust the weight according together with other body quality index. The ideal FAT should be between 20-25, if under 19, it means too thin. If between 25 and 29, it means overweight, if over 30, it means obesity. (The data is just for reference and cannot be as medicinal data)

F1	Seks	01 Male 02 Female
F2	Age	10 - 99
F3	Height	100 - 200
F4	Weight	20 - 150
F5	FAT	≤19 Under weight
		20 - 25 Normal weight
		25 – 29 Over weight
		≥30 Obesity

Please note: The system will enter into power saving mode automatically if there is no any action within 10 minutes under IDLE MODE and there is no display and backlit on the computer. Press any key to resume the system.
1.13.2Countdown time, countdown calorie and countdown distance, you just can set one of them at one time, press last item to set running, the setting parameter is countdown, others display normal data

COUNTDOWN FUNCTION
Countdown time initial setting: 30:00 minutes. Setting range 5: 00 – 99:00 minutes , each step 1:00 minute.
Countdown calorie initial setting 50 KJ, setting range 10 - 990 KJ, each step 10 KJ.
Countdown distance initial setting 0.8km, setting range 0.5 - 99.9 km, each step 0.1 km

Cycle switch order is: manual, time, distance, calories.

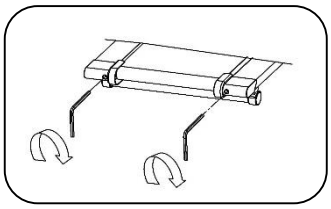
BELT ADJUSTMENT

You may need to adjust the running belt during the first few weeks of use. All running belts are properly set at the factory. It may stretch or be off centre after use. Stretching is normal during the break-in period.

Adjusting the belt tension

If the running belt feels as though it is slipping or hesitating when you place your foot on it during a run, the tension on the running belt may have to be increased. To increase the running belt tension:

5. Start the treadmill without anyone on the running belt, press SPEED+ button until speed reaches between 5 and 6 km/h.
6. Place a wrench on the left adjustment screw. Turn the wrench clockwise 1/4 turn to draw the rear roller and increase the belt tension.
7. Repeat step 2 for the right adjustment screw. You must be sure to turn both bolts the same number of turns, so the rear roller will remain square relative to the frame.
8. Repeat step 2 and step 3 until the slipping is eliminated.
   Note: be careful not to tighten the running belt tension too much as you can create excessive pressure on the front and rear roller bearings. An excessively tightened running belt may damage the roller bearings resulting in bearing noise from the front and rear rollers.

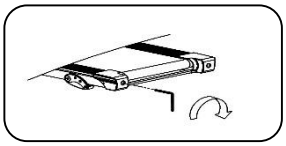


Centering the running belt

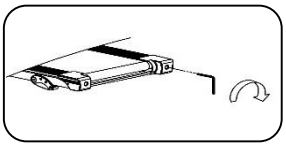
When you run, you may place more pressure on the belt with one foot than with another. The severity of this deflection depends on the amount of force that one foot exerts in relation to the other. This deflection can cause the belt to move off-centre. This deflection is normal and the running belt will centre when nobody is on the running belt.

If the running belt remains consistently off-centre, you will need to centre the running belt manually:

5. Place the device on a level surface.
6. Start the treadmill without anyone on the running belt, press SPEED+ button until speed reaches 5,6 km/h.
7. Observe whether the running belt is toward the right or left side of the deck.
   a. If toward the left side of the deck:
      Turn the left adjustment screw clockwise 1/2 turn, and the right adjustment bolt counter clockwise 1/2 turn.



   b. If toward the right side of the deck:
      Turn the right adjustment screw clockwise 1/2 turn, and the left adjustment bolt counter clockwise 1/2 turn.



c. If the belt is still not centered, repeat the above steps until the running belt is centered.

8. After the belt is centered, increase the speed and verify that it is running smoothly. Repeat the above steps if it is necessary. If the above procedure is not successful in resolving the problem, you may need to increase the belt tension.

CARE AND MAINTENANCE

Note: to prevent electrical shock, you need to make sure the treadmill is switched off and the plug removed from the socket, before you start cleaning the device or before you perform regular maintenance.

Treadmill and running belt lubrication

To achieve maximum life span this treadmill needs regular lubrication, as part of the general maintenance program. This will prevent premature wear and tear of treadmill, running belt and motor.

Attention: Do not lubricate the belt itself, lubrication only at the rollers of the belt

Use	**Oil**
Less than 3 hours a week	Annually
3 – 5 hours a week	Every 6 months
More than 5 hours a week	Every 3 months

Cleaning

Wipe the console and other surfaces to remove sweat residues. The device should be cleaned once a week with a clean soft and damp cloth. To avoid damage to the computer, do not use any liquids. When you remove the covers from the device for the lubrication, we suggest you make this part of the device dust free too.

Note: do not use any abrasive or solvent cleaners to clean the device.

Storage

Ensure the power switch is off and the unit unplugged from the electrical wall socket. Store the treadmill in a clean and dry environment. You should avoid storage in excessively cold or damp places as this may lead to corrosion and other related problems.

Moving

This treadmill has been designed and equipped with wheels for easy mobility. Before moving, ensure the power switch is in the off position and the unit is unplugged.

IMPORTANT ADVICE FOR TRAINING

- Before you start the training, consult your doctor. Ask what kind of training is suitable for you. Wrong or excessive training can cause health defects.
- Avoid over exercising. Do not train if you are tired or feeling faint. If you are not used to physical activity, start the training slowly at the beginning.
- Stop exercising immediately if you feel pain or any other troubles.
- Pay attention to your breathing during training.

- To avoid injuries, begin the training with an extensive warm up and finish it with a cool-down phase. Use the exercises described in this manual.
- Make sure you drink enough liquids during training. Keep in mind that the recommended amount of 2 litres might increase during physical workout.
- Use the product only with sport clothes and suitable shoes, which are equipped with non-slip soles. Avoid wide clothes, because they can get caught in moving parts of the product.

WARM-UP/STRETCHING/COOL-DOWN

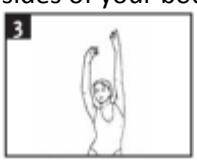
A successful exercise session begins with warming up exercises and ends with exercises for cooling down and relaxing. These warming up exercises prepare your body for the subsequent demands made upon it. The cooling down/relaxation period after the exercise session ensures that you do not experience any muscular problems. Please pay attention to the following points:

- Carefully warm up every muscle group you will be using in the exercise session for about 5 to 10 minutes. The stretching exercises are carried out correctly if you feel a comfortable tension in the corresponding muscle.
- Speed does not play a role during the stretching exercises. Fast and jerky movements must be avoided.

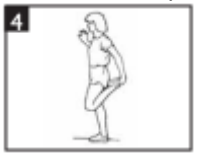
Neck exercises (1)
Tilt your head to the right and feel the tension in your neck. Slowly drop your head down to your chest in a semi-circle and then turn your head to the left. You will feel a comfortable tension in your neck again. You can repeat this exercise alternately several times.

Exercises for the shoulder area (2)
Lift the left and right shoulders alternately, or lift both shoulders simultaneously

Arm stretching exercises (3)
Stretch the left and right arms alternately towards the ceiling. Feel the tension in the left and right sides of your body. Repeat this exercise several times.

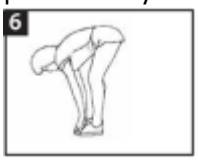


Exercises for the upper thigh (4)
Support yourself by placing your hand on the wall, then reach down behind you and lift up your right or left foot as close to your buttocks as possible. Feel a comfortable tension in your front upper thigh. Maintain this position for 30 seconds if possible and repeat this exercise 2 times for each leg.



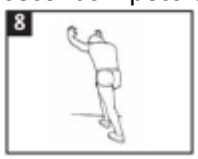
Inside upper thigh (5)
Sit on the floor and place your feet in such a way that your knees are facing outwards. Pull your feet as close as possible to your groin. Now press your knees carefully downwards. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.

Touch toes (6)
Bend your trunk slowly forwards and try to touch your feet with your hands. Reach down as far as possible to your toes. Maintain this position for 20-30 seconds if possible.



Exercises for the knees (7)
Sit on the floor and stretch out your right leg. Bend your left leg and place your foot on your right upper thigh. Now try to reach your right foot with your right arm. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.

Exercises for the calves achilles tendon (8)
Place both your hands on the wall and support your full body weight. Then move your left and right leg alternately backwards. This stretches the back part of the leg. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.



DISPOSAL OF YOUR OLD APPLIANCE

1. When this crossed-out wheeled bin symbol is attached to a product it means the product is covered by the European Directive 2002/96/EC.
2. All electrical and electronic products should be disposed of separately from the municipal waste stream via designated collection facilities appointed by the government or the local authorities.
3. The correct disposal of your old appliance will help prevent potential negative consequences for the environment and human health.
4. For more detailed information about disposal of your appliance, please contact your city office, waste disposal service or the shop where you purchased the product.

Fault Code	Fault Description	Fault Processing
E1	Communication abnormal: The control and computer has abnormal communication after start	The controller is not working and going into fault. The machine cannot run, the computer shows fault code “E1”, and the buzzer will ring three times. Possible Reasons: Communication obstructed between controller and computer, please check the wire and make sure the wire connects well and the wire without any damage..
E2	No Speed Wireless Sensor Network: Can’t receive the motor speed sensor feedback above three seconds.	Stop and go into fault status, computer buzzer will ring 3 tones and shows fault code“E2”. Other areas show blank. After 10 seconds will go into ready mode, and can restart. Possible Reasons: Can’t receive the motor speed sensor feedback above three seconds, please check sensor plug and motor connect wire and the controller.
E3	The motor wire is not connecting well	top and go into fault status, computer buzzer will ring 3 tones and shows fault code“E3”. Other areas show blank. After 10 seconds will go into ready mode, and can restart. Possible Reasons：Check if the motor wire is connected well and re-connect the motor wire well if not; check if the controller has the smell and change the controller if have
	Current overload Protection , the motor electrical is overload	Stop and go into fault status, computer buzzer will ring 3 tones and shows fault code“E3”. Other areas show blank. After 10 seconds will go into ready mode, and can restart. Possible Reasons：Over the rated load cause too much electricity that make system Self-preservation or some parts blocked and make DC motor can’t process. Adjust the machine and restart. Another please check the DC motor or controller have any burned smell or not. If yes, please change the motor or controller. Another make sure the power and voltage is comply with standard.
E4	Incline self-learning fault	Check incline motor sense wire and AC wire are inserted well; AC wire is right inserted according to the indentify in the incline motor; make sure the incline motor wire without damager; after check those, press the button on controller, then start self-learning again.
E5	Incline sensor error	Check incline motor sense wire and AC wire are inserted well; AC wire is right inserted according to the indentify in the incline motor; make sure the incline motor wire without damager; after check those, press the button on controller, then start self-learning again.
E6	Explosion-Proof Protection ：Some unusual condition of power or voltage that cause damage to the motor drive circuit.	Stop and go into fault status, computer buzzle will ring 3 tones and shows fault code“E6”. Other areas show blank. If recover then go into ready mode, then can restart. Possible Reasons：The power voltage is less than normal or the controller has some problems. Make sure the motor wire is connecting well.

GUARANTEE

This warranty covers your unit for a period of 24 months from the date of purchase for service and replacement of parts, on the condition that you have used the machine correctly as described in the user manual. This warranty does not exclude national legislation that may exist in the country of purchase in regards to warranty regulations.

When you make a claim under this warranty, you must submit the original invoice or receipt with clear mention of the date of purchase, name of retailer and the description and model number of the appliance. You are advised to keep these documents in a safe place.

This device is intended for domestic use only. Damage and / or malfunctions as the result of industrial or commercial use are excluded from the warranty.

The warranty for this appliances expires if:

- The original invoice or receipt has in one way or another been changed or made illegible,
- The model or serial number on the product has been changed, removed, deleted or made illegible,
- Repairs have been executed by unauthorized repair workshops or persons who are not authorized to do so.
- The damage is the result of an external cause, such as fire damage, water damage, transport damage, atmospheric discharges, insufficient or improper maintenance;
- The appliance has been operated in another country than for which originally designed, approved, released and produced, as well as defects occurred as the result of such modifications.
- The appliance has not been used according to the guidelines and directions in the user manual supplied with the product.

In the unlikely event your appliance is not functioning well or shows any defect, please contact your retailer. To avoid any inconvenience, we advise you to read the user manual carefully before contacting them.

Powerpeak
Thermiekstraat 1a
6361 HB Nuth
The Netherlands
www.powerpeak.com

TECHNICAL DETAILS

Model number	FTM6715
Power	750 W
Nominal voltage	200 – 240 Watt
Nominal frequency	50 HZ

Français
Mode d’emploi

Powerpeak Motorised Treadmill
FTM6715

SOMMAIRE
CONSIGNES DE SÉCURITÉ
LE PRODUIT
ASSEMBLAGE
L’UTILISATION
COMMANDES D’ORDINATEUR
RÉGLAGE DU TAPIS
ENTRETIEN ET MAINTENANCE
CONSEILS D’ENTRAINEMENT IMPORTANT
EXERCICES D’ÉCHAUFFEMENT/ETIREMENT
ÉLIMINATION DE VOTRE ANCIEN APPAREIL
DONNÉES TECHNIQUES
CERTIFICAT DE GARANTIE

Les photos sont données à titre d’illustration. Sous réserve de changements.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Mise en garde
Consultez votre médecin avant de démarrer votre programme d'entraînement. Un programme d'entraînement fréquent et intensif doit être approuvé au préalable par votre généraliste. Ceci est particulièrement important pour les individus âgés de 35 ans ou plus, ou ceux ayant des problèmes physiques. En aucun cas nous ne sommes ni ne pouvons être tenus responsables de blessures à la personne ou de plaintes relatives à l'état physique qui pourraient résulter de l'utilisation de cet équipement.

Général
1. Lisez attentivement ces instructions avant d’utiliser l’appareil et conservez-les comme référence ultérieure.
2. Utilisez-le seulement selon les indications contenues dans ce mode d’emploi.
3. Cet appareil n’est pas destiné à être utilisé par des personnes (notamment des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont réduites, ou par des personnes manquant d’expérience ou de connaissances, à moins que celles-ci ne soient sous surveillance ou qu’elles aient reçu des instructions quant à l’utilisation de l’appareil par une personne responsable de leur sécurité.
4. Tenez vos enfant sou animaux domestiques à l’écart de l’appareil. L’enthousiasme des enfants peut entraîner une mauvaise utilisation de l’appareil. Dans le cas où les enfants reçoivent l’autorisation d’utiliser cet appareil, ces derniers doivent être surveillés et des consignes doivent leur être données quant à l’utilisation appropriée de l’appareil. Cet appareil ne doit en aucun cas être utilisé comme un jouet.
5. Ne laissez pas les enfants jouer avec la feuille d'emballage en plastique. Ils peuvent s'y empêtrer en jouant et étouffer.
6. Assurez-vous que l’appareil est correctement installé avant de l’utiliser. Vérifiez si tous les vis, boulons et écrous sont bien installés et serrés. Utilisez seulement des pièces qui ont été conseillées par Powerpeak et fournies avec l’appareil.

7. Vérifiez régulièrement que l'appareil n'est pas endommagé. Ne pas utiliser l'appareil quand celui-ci est endommagé ou défectueux.
8. Utilisez toujours l'appareil sur une surface lisse et propre. Ne jamais utiliser l'appareil dehors. Mettez un tapis en caoutchouc dessous si nécessaire afin de réduire les risques d'endommager votre sol.
9. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'objets pointus dans les alentours de l'appareil de remise en forme. Assurez-vous qu'il y a au moins 0,5 mètres d'espace libre autour l'équipe.
10. Portez toujours des vêtements surs et confortables quand vous utilisez le matériel de remise en forme. Portez de préférence des chaussures de sport ou des souliers aérobic.
11. Arrêtez immédiatement l'exercice si vous ne vous sentez pas bien ou si vous avez d'autres symptômes. Vous devez également vous arrêter si vous avez des douleurs articulaires ou si vous sentez une pression sur vos articulations. Les étourdissements indiquent que vous vous êtes entraîné trop intensément. En cas d'étourdissement, allongez-vous par terre et ne vous levez pas avant de vous sentir mieux.
12. Maintenez l'appareil à distance du feu et des surfaces chaudes.
13. Ne descendez de l'appareil qu'une fois qu'il est à l'arrêt.
14. Ne jamais laisser l'appareil utiliser par plus d'un utilisateur.
15. Toujours stocker l'appareil à l'intérieur.
16. Cet appareil est uniquement destiné à l'usage domestique, ne PAS destiné à usage professionnel.
17. Le poids maximal autorise sur cet appareil est de 100 KG.

Spécifique

Lisez attentivement les instructions suivantes avant d'utiliser le tapis d'entraînement afin d'éviter des décharges électriques, risques d'incendie et autres blessures corporelles.

- Ne démarrez jamais le tapis quand quelqu'un se trouve sur la bande de roulement.
- Tenez-vous toujours aux poignées lors de l'utilisation du tapis d'entraînement.
- Le tapis peut atteindre des vitesses élevées. Augmentez la vitesse de manière uniforme afin d'éviter des variations abruptes de la vitesse.
- N'utilisez pas l'appareil dans un espace où l'on travaille avec des bombes aérosol (pulvérisation) ou de l'oxygène.
- Ne laissez jamais l'appareil à l'abandon. Retirez toujours l'aimant de sécurité et mettez l'interrupteur marche/arrêt sur (OFF) ARRÊT.
- Assurez-vous que le tapis est bien verrouillé lors du pliage ou déplacement.
- Débranchez toujours la fiche de la prise de courant avant d'effectuer des travaux d'entretien ou d'assemblage. Ne retirez jamais la carter de protection du moteur sauf si un technicien qualifié vous en donne l'instruction. Les travaux d'entretien et de réparation qui ne sont pas décrits dans ce manuel, doivent être effectués par un technicien qualifié.
- Tenez la fiche et le fil électrique à l'écart des surfaces chaudes.
- Vous pouvez arrêter le tapis d'entraînement en basculant l'interrupteur sur (OFF) ARRÊT. Débranchez ensuite la fiche de la prise de courant.
- Tenez toutes les pièces électriques telles que le moteur, les fils et l'interrupteur marche/arrêt à l'écart de l'eau ou d'autres liquides afin d'éviter des décharges électriques. Ne posez aucun objet sur les poignées, le panneau de commande, la console électronique ou le tapis. Ne buvez aucune boisson dans les alentours de l'appareil.
- Introduisez l'aimant de sécurité dans le panneau de commande et attachez le clip à vos vêtements (taille) avant de commencer l'entraînement. En cas de problème, le moteur peut être arrête en tirant sur la corde de sorte que l'aimant de sécurité ne fasse plus contact avec le panneau de commande. Ne descendez du tapis que lorsque celui-ci est à l'arrêt. Réintroduisez l'aimant de sécurité dans le panneau de commande lorsque vous désirez continuer l'entraînement.

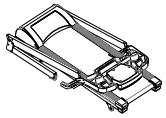
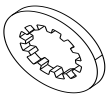
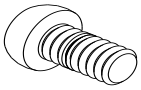
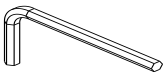
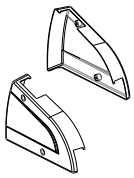
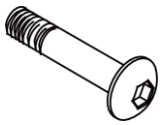
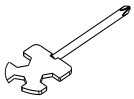
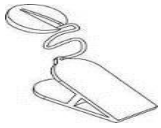
- Tenez les objets pendants ou les serviettes à l'écart du tapis. Ne portez aucun vêtement ample et attachez vos cheveux. Le tapis ne s'arrête pas immédiatement si quelque chose s'introduit entre les rouleaux ou le tapis. Arrêtez immédiatement l'appareil si un objet reste coincé.
- Utilisez toujours les poignées en montant ou en descendant du tapis. Ne montez sur le tapis que lorsqu'il roule lentement. Ne descendez du tapis que lorsque celui-ci est à l'arrêt.
- Montez d'abord sur les plateaux des deux côtés du tapis avec les jambes écartées avant de monter sur le tapis ou de descendre du tapis.
- N'essayez jamais de vous retourner quand le tapis est en marche. Gardez toujours votre visage et votre corps tournés vers l'avant.
- Ne secouez pas l'appareil. N'appuyez pas de tout votre poids sur les poignées, la console électronique, le panneau de commande ou le logement.
- L'espace derrière le tapis doit être suffisamment, afin d'éviter des blessures corporelles.
- L'appareil doit être contrôlé régulièrement afin de prévenir des blessures corporelles. Cela signifie également qu'une vérification régulière doit avoir lieu afin de s'assurer que les boulons et les écrous sont bien vissés et de pouvoir constater des débuts d'usure, des bords coupants et d'autres choses de ce genre susceptibles pouvant entraîner des blessures corporelles.
- Les pièces défectueuses doivent être remplacées sur le champ. Si cela n'est pas possible, l'appareil doit alors être mis hors service jusqu'à ce que la réparation ait eu lieu.

Sécurité électrique
Le tapis d'entraînement électrique doit être mis à la terre. Lors de pannes de courant ou de défauts, la mise à la terre évite le risque de décharges électriques. Le tapis est équipé d'un fil électrique avec un conducteur et une fiche mise à la terre. La fiche doit être branchée sur une prise de courant appropriée qui a été installée et mise à la terre conformément aux normes locaux.

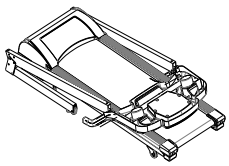
Remarques importantes
En cas de branchement incorrect du conducteur, il y a risque de décharges électriques. Si vous doutez que le tapis de course soit mis à la terre correctement, veuillez prendre contact avec notre service clientèle. N'apportez aucune modification à la fiche du tapis de course.

LE PRODUIT

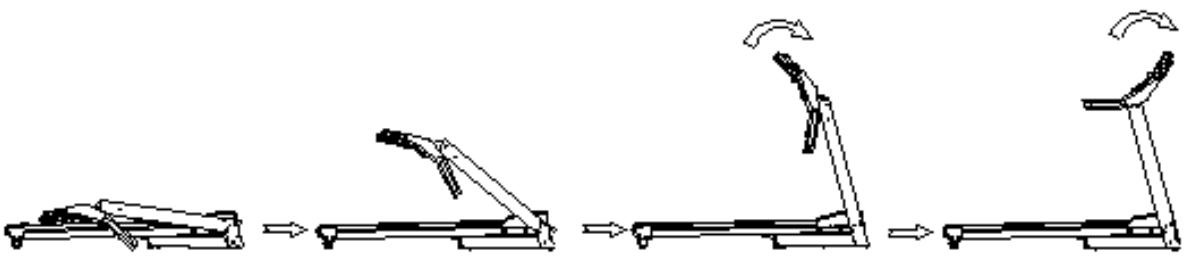
Lorsque vous ouvrirez le carton, vous trouverez les pièces détachées suivantes.

1.Cadre principal 1 jeu 	8 Rondelles D 30 	4 boulons D2 M8x15 
1 clé Allen M5 	2 protections avant B18/B19 G/D 	4 Vis D22 ST4.2X20
4 boulons D5 M8x45 	1 tournevis D13 	1 huile silicone B25
1 jeu de protection de sécurité C14 	1 étagère à livre B17	4 Vis D11 ST4.2X25

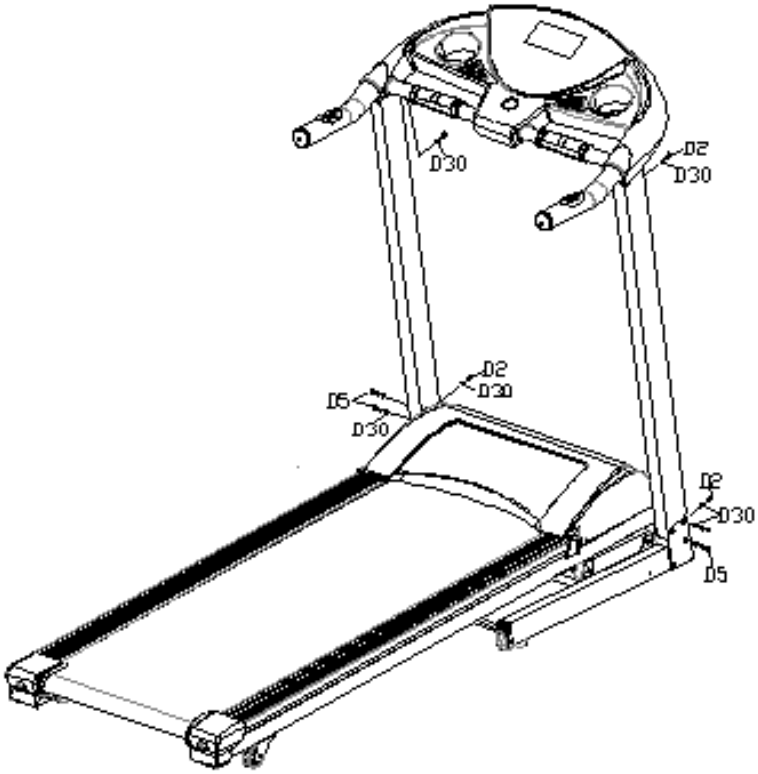
Étape 1: Ouvrez le paquet et sortez toutes les pièces. Placez le cadre principal (1) sur le sol.



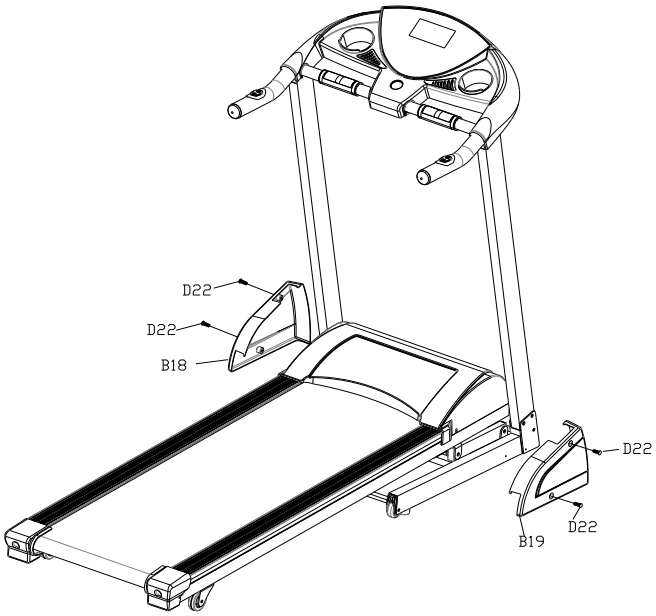
Étape 2: Soulevez les deux colonnes et l'ordinateur, comme indiqué sur l'illustration. Tenez les colonnes et l'ordinateur avec vos mains pour éviter qu'il ne tombe et ne s'endommage. Prenez soin de ne pas appuyez sur la ligne lors du pliage.



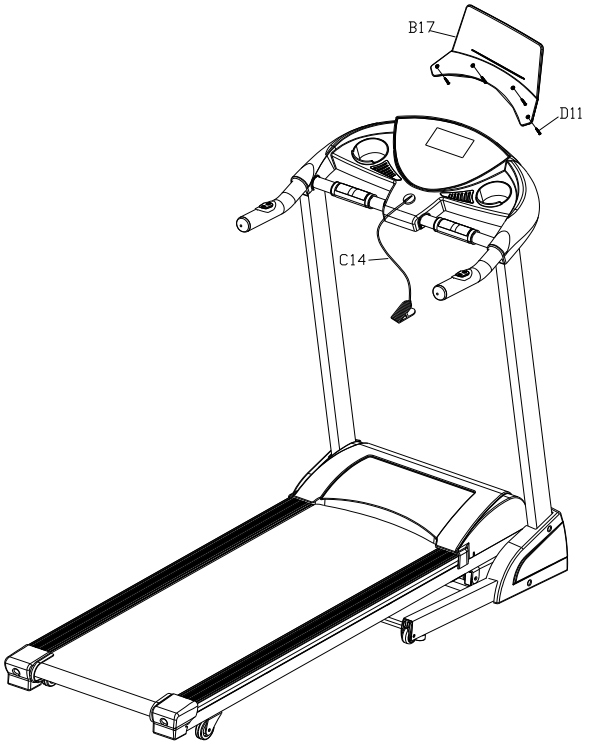
Étape 3: Fixez le tapis de course avec les boulons D2 (M8*15), les boulons D5 (M8*45) et les rondelles D30**.**



Étape 4: Attachez les protections avant B18 et B19 sur le tapis de course et fixez avec des vis D22 (sT4.2*20).



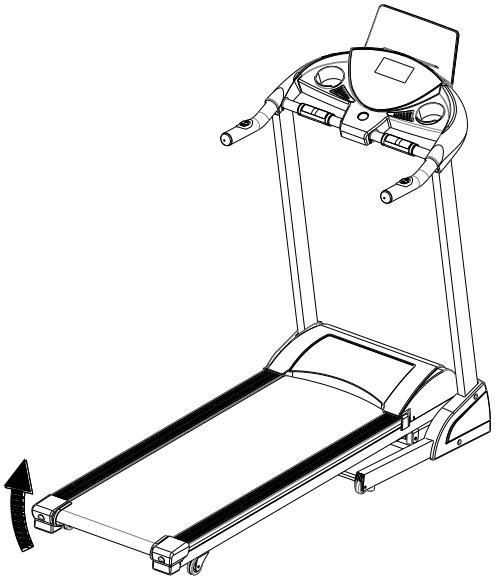
Étape 5: Fixez l'étagère (B17) sur l'ordinateur avec les vis D11 (ST4,2*25), puis installez la clé de sécurité C14.



UTILISATION

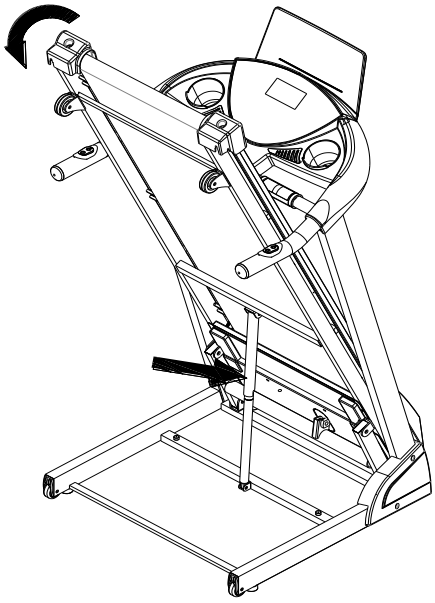
Plier le tapis de course

Soulevez le cadre principal dans la direction de la flèche jusqu'à entendre un clic depuis le cylindre.



Déplier le tapis de course

Appuyez doucement avec le pied sur la gaine de sécurité et abaissez la machine en même temps dans la direction de la flèche. La machine s'abaissera doucement.



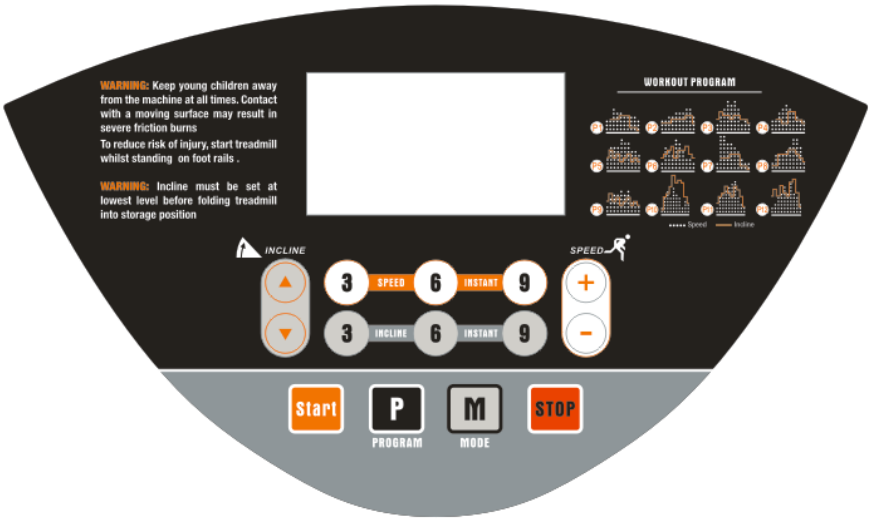
Ce produit doit être connecté à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de court-circuit, la connexion à la terre procure une voie de moindre résistance pour le courant électrique pour réduire le risque d'électrochoc. Ce produit est équipé d'un cordon possédant un conducteur de mise à la terre de l'équipement et une prise de terre. La prise doit être branchée dans une installation correctement installée et mise à la terre conformément aux codes et décrets locaux.

DANGER: Une utilisation incorrecte du conducteur de terre de l'équipement peut engendrer un risque de choc électrique. Vérifiez avec un électricien qualifié ou du personnel de réparation si vous avez un doute sur la mise à la terre correcte du produit. Ne modifiez pas la prise fournie avec ce produit - Si elle ne rentre pas dans votre installation, veuillez trouver une installation appropriée installée par un électricien agréé.

Ce produit est conçu pour une utilisation sur un circuit de 220V nominal avec une prise de mise à la terre. Assurez-vous que le produit est connecté sur une installation possédant la même configuration que la prise. Ce produit ne doit pas être utilisé avec un adaptateur.

MONITEUR

Fonctions d'affichage



VITESSE : Affiche la vitesse de course (0,8 - 12,0 km / h)
DURÉE Affiche la durée de course ou un compte à rebours (0:00 - 99.59 min)
DISTANCE: Affiche la distance totale de course ou un compte à rebours de distance (0,00 - 99,9 km)
CALORIE: Affiche le nombre de calorie ou un compte à rebours de calories (0,0 - 999 C)
INCLINAISON : Affiche l'inclinaison (0- 12)
RYTHME CARDIAQUE : Affiche les données du rythme cardiaque (50 - 200 BPM)

Touches
P (PROGRAM) : en mode veille, cette touche permet de choisir un programme (1 mode manuel, 12 programme prédéfinis, 1 programme de perte de graisse et trois fonctions de compte à rebours)

MODE : vous pouvez utiliser cette touche pour circuler entre les différents modes de compte à rebours (H1 = compte à rebours, H2 = Compte à rebours de distance, H3 = Compte à rebours de calories). Appuyez sur la touche « SPEED +/- » ou « INCLINE +/- » pour ajuster les données. Puis, appuyez sur la touche START pour démarrer le tapis de course

START : Lorsque l'appareil est allumé, et que la clé de sécurité est attachée, appuyez sur cette touche pour démarrer le tapis de course.

STOP: Si vous appuyez sur cette touche pendant la course, le tapis de course s'arrêtera doucement. La vitesse diminuera jusqu'à ce que le tapis de course s'arrête complètement

Speed+/ SPEED-: avec ces touches, vous pouvez augmenter ou diminuer la vitesse. La vitesse changera de 0,1 km/h à chaque pression sur la touche. Si vous appuyez sur la touche pendant plus de 2 secondes, la vitesse changera plus rapidement.

INCLINE+/INCLINE-: avec ces touches, vous pouvez augmenter ou diminuer l'inclinaison. La vitesse changera de 0,1 km/h à chaque pression sur la touche. Si vous appuyez sur la touche pendant plus de 2 secondes, l'inclinaison changera plus rapidement.

QUICK SPEED : appuyez sur la touche de vitesse rapide 3km/h, 6km/h, 9km/h pour régler la vitesse directement lorsque le tapis de course est en fonctionnement

QUICK INCLINE : appuyez sur la touche de vitesse rapide 3, 6, 9 pour régler l'inclinaison directement lorsque le tapis de course est en fonctionnement.

PULSE FUNCTION: Lorsque le tapis de course est en fonctionnement, tenez le capteur de pulsation pendant environ 5 secondes, les données du rythme cardiaque s'afficheront. Les données de rythme cardiaque varient entre 50 et 200 fois / minute. Un symbole en forme de cœur s'affiche lors de la prise du pouls. Ces données ne servent que de références, et n'ont pas de valeur médicale.

Modèle manuel
1. Appuyez sur la touche start, un décompte de 5 secondes est lancé puis le tapis de course commence à fonctionner avec une vitesse initiale de 0,8 km/h.
2. Pour régler la vitesse appuyez sur Speed +/-
3. Pour régler l'inclinaison appuyez sur incline +/-
4. Pour arrêter le tapis de course appuyez sur stop.
5. Pour régler rapidement la vitesse, appuyez sur la touche de vitesse rapide
6. Pour régler rapidement l'inclinaison, appuyez sur la touche d'inclinaison rapide

Programmes préréglés
Appuyez sur PROGRAM. L'affichage indiquera les programmes P1 à P12. Choisissez le programme que vous voulez. L'affichage TIME va s'allumer. Le réglage standard est de 10:00, avec les touches SPEED+/SPEED- ou INCLINE+/INCLINE- vous pouvez régler le temps. Appuyez sur START pour démarrer le programme choisi. Le programme sera divisé en 10 sections. Chaque section est 10% du temps de course. Quand le programme entre dans une nouvelle section, l'appareil va émettre un son et la vitesse et l'inclinaison seront réglées à la vitesse et l'inclinaison de la nouvelle section. Utilisez SPEED+/SPEED- ou INCLINE+/INCLINE- pour régler la vitesse et l'inclinaison. Quand le programme entre dans une nouvelle section, la vitesse et l'inclinaison changeront selon la vitesse et l'inclinaison

préréglée. Quand le programme est terminé, vous entendrez trois bips et le tapis roulant ralentira âpres 5 secondes jusqu'à l'arrêt complet.

Chaque programme est divisé en 10 sections, le temps de chaque section dépend du réglage du temps de course. Chaque section est 10% du temps de course choisi, et chaque section à une vitesse et inclinaison préréglée.

Tableau 1 (vitesse en km/h et inclinaison en % par section par programme)
PROGRAMME

INTERVALLE DE TEMPS / PROGRAM		DURÉE DÉFINIE / 10 = DURÉE À CHAQUE DEGRÉ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	INCLINAISON	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	VITESSE	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	INCLINAISON	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINAISON	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	VITESSE	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	INCLINAISON	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	VITESSE	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	INCLINAISON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	VITESSE	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINAISON	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	VITESSE	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	INCLINAISON	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	INCLINAISON	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINAISON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	VITESSE	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	INCLINAISON	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	VITESSE	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	INCLINAISON	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	VITESSE	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	INCLINAISON	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

TABLEAU DES PROGRAMMES D'EXERCICES

FAT (Programme de perte de graisse)
Appuyez plusieurs fois sur PROGRAM pour entrer dans le programme de perte de graisse. Appuyez sur MODE pour saisir les données
F1= SEXE
F2= AGE
F3= HAUTEUR
F4= POIDS

Utilisez SPEED+ / SPEED - pour régler. Après le réglage, le moniteur affichera F5. Tenez la poignée de pouls, la fenêtre affichera votre indice de qualité corporelle. L'indice de qualité corporelle permet de tester la relation entre la hauteur et le poids, non la proportion.

L'indice de masse graisseuse convient pour tous les hommes ou les femmes, en combinaison à d'autres indices de qualité corporelle.
L'indice idéal doit être compris entre 20 et 25, en dessous de 19, cela signifie que la personne est trop maigre. If
Entre 25 et 29, cela signifie que la personne est en sur poids, au-dessus de 30, la personne est considérée comme obèse.
(Les données ne servent que de référence et n'ont pas de valeur médicale)

F1	Sexe	01 masculin 02 féminin
F2	Âge	10 – 99
F3	Hauteur	100 – 200
F4	Poids	20 – 150
F5	FAT	≤19 Sous-poids
		20 - 25 Poids normal
		25 – 29 Surpoids
		≥30 Obésité

À prendre en considération: Le système passera en mode d'économie d'énergie automatiquement si aucune action n'est effectuée pendant 10 minutes en mode inactif (IDLE) et que rien n'est affiché sur le moniteur rétro-éclairé. Appuyez sur n'importe quelle touche pour relancer le système.
1.13.2 pour les comptes à rebours de durée, de calories et de distances, vous pouvez les régler un par un, appuyez sur le dernier élément pour commencer à courir, le paramètre réglé commencera à être décompté, les autres afficheront les données normales.

FONCTION COMPTE À REBOURS
Paramètre initial du compte à rebours de durée : 30:00 minutes. Plage de réglage 5 : 00 – 99:00 minutes , chaque incrément 1:00 minute.
Décompte des calories, réglage initial 50 KJ, plage de réglage 10 - 990 KJ, chaque incrément 10 KJ
Décompte de distance, réglage initial 0,8 km, plage de réglage 0,5 -99,9km, chaque incrément 0,1 km

L'ordre de circulation du cycle est : manuel, durée, distance, calories.

RÉGLAGE DU TAPIS

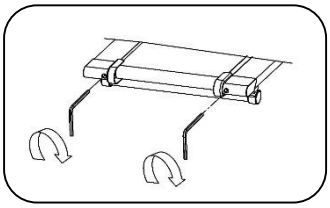
Il est possible que votre tapis d'entraînement nécessite des ajustements dans les premières semaines d'utilisation. Tous les tapis sont placés avec précision à l'usine. Il est possible qu'après l'utilisation le

tapis se détende ou se déroule de biais. L'étirement du tapis est normal pendant la période de rodage.

Réglage de la tension du tapis

Si vous avez l'impression que le tapis patine ou qu'il avance par à-coups lorsque vous reposez le pied dessus lors de la course, il est possible que la tension du tapis doive être augmentée. Augmenter la tension du tapis:

1. Démarrez le tapis d'entraînement sans que personne ne soit monté dessus et appuyez sur le bouton de vitesse SPEED+ jusqu'à ce que la vitesse de 5,6 km/h soit atteinte.
2. Placez un clé sur le boulon gauche du réglage de la tension du tapis. Tournez la clé de tour dans le sens des aiguilles d'une montre afin de resserrer le rouleau arrière et d'augmenter la tension du tapis.
3. Répétez la même opération pour le boulon droite du réglage de tension. Assurez-vous que les deux boulons soient serrés de façon égale, de sorte que le rouleau arrière reste équilibré et qu'il demeure de niveau par rapport au cadre principal.
4. Répétez les étapes 2 et 3 jusqu'à ce que le patiemment du tapis ait disparu.
   Attention: faites attention à ne pas trop augmenter la tension du tapis. Ceci pourrait créer une pression trop forte sur les supports avant et arrière des rouleaux. Vous entendrez alors un bruit de frottement.

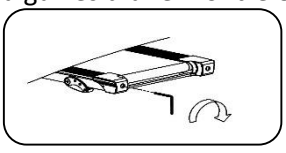


Pour centrer le tapis

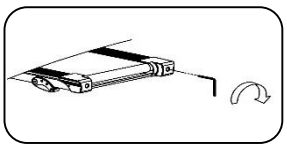
Lorsque vous courez, vous prenez parfois plus appel sur un pied que sur l'autre. Le degré de flexibilité dépend de l'effort exercé par un pied par rapport à l'autre. Cette flexibilité fait en sorte que le tapis revienne au centre du plateau de roulement quand la répartition du poids n'est pas en équilibre, ou que personne n'est sur le tapis d'entraînement.

Si le tapis d'entraînement continue de se dérouler de biais, vous devrez le centrer manuellement:

1. Posez l'appareil sur une surface plane.
2. Démarrez le tapis d'entraînement sans que personne ne soit monté dessus et appuyez sur le bouton de vitesse SPEED+ jusqu'à ce que la vitesse de 5,6 km/h soit atteinte.
3. Observez si le tapis se déroule en déviant verse le côté droite ou gauche du plateau.
   a. Si le tapis dévie vers le côté gauche du plateau:
      À l'aide d'une clé, tournez le boulon de réglage gauche d'un tour dans le sens des aiguilles d'une montre et le boulon de réglage droite d'un tour dans le sens inverse.



   b. Si le tapis dévie vers le côté droite du plateau:
      À l'aide d'une clé, tournez le boulon de réglage droite d'un tour dans le sens des aiguilles d'une montre et le boulon de réglage gauche d'un tour dans le sens inverse.



c. Si le tapis n’est toujours pas centre, répétez les étapes décrites ci-dessus jusqu’à ce que le tapis se déroule au centre du plateau.

4. Une fois que le tapis est centre, augmentez la vitesse. Assurez-vous que le tapis se déroule en souplesse. Si nécessaire, répétez les étapes décrites plus haut. Si cette méthode n’a toujours pas été satisfaisante, vous devez probablement augmenter la tension du tapis.

ENTRETIEN ET MAINTENANCE

Attention: afin d’éviter une décharge électrique, mettez le tapis d’entraînement en position d’arrêt et débranchez la fiche de la prise avant de commencer le nettoyage ou la maintenance routinière.

Huile lubrifiante pour tapis d’entraînement et plateau de roulement
Pour une durée de vie maximale, ce tapis d’entraînement nécessite un graissage régulier qui fait partie des opérations d’entretien général de cet appareil. Ceci prévient une usure prématurée du tapis d’entraînement, du plateau de roulement et du moteur d’entraînement.

Utilisation	**Huile lubrifiante**
Moins de 3 heures par semaine	1x par an
3 – 5 heures par semaine	Tous les 6 mois
Plus de 5 heures par semaine	Tous les 3 mois

Nettoyage
Les traces de transpiration présentes sur la console électronique et la surface du tapis d’entraînement doivent toujours être nettoyées après votre entraînement. Nettoyez le tapis d’entraînement avec un chiffon doux humide une fois par semaine. Faites attention à ne pas renverser d’eau sur le panneau d’affichage, ceci peut entraîner des problèmes électriques. Quand vous enlevez les protections de l’appareil pour la lubrification, nous vous suggérons d’enlever aussi la poussière de cette partie.
Attention: ne pas utiliser de nettoyants abrasifs ou de solvants pour nettoyer l’appareil.

Rangement
Assurez-vous que le bouton de marche est sur (OFF)ARRÊT et que la fiche est débranchée de la prise. Rangez votre tapis d’entraînement dans un endroit propre et sec. Vous devez éviter de le ranger dans des endroits très froids ou humides car il pourrait rouiller et avoir d’autres problèmes qui sont hors de notre contrôle.

Déplacer
Ce tapis d’entraînement est doté de roués qui facilitent son déplacement. Assurez-vous que le bouton de marche est sur (OFF) ARRÊT et que la fiche est débranchée de la prise avant déplacer le tapis d’entraînement.

CONSEILS D'ENTRAINEMENT IMPORTANT

- Avant d'entamer votre entraînement, demandez à un médecin dans quelle mesure un entraînement avec ce produit est bon pour vous. Un entraînement incorrect ou trop intense peut entraîner des dommages de santé.
- Evitez le surentraînement. Ne pratiquez pas d'entraînement lorsque vous étés fatigué ou épuisé. Si vous n'êtes pas habitue à une activité régulière, commencez lentement.

- En cas de douleur, de difficultés de respiration, de malaise ou de tout autre trouble de santé, interrompez immédiatement l'exercice.
- Veillez à conserver toujours une respiration calme et régulière pendant l'entraînement.
- Afin d'éviter les blessures, commencez l'exercice par un échauffement extensif et terminez avec une phase de refroidissement. Utilisez les exercices décrits dans ce manuel.
- Veillez à boire suffisamment pendant l'entraînement. N'oubliez pas que la quantité recommandée de 2 litres environ par jour doit être augmentée en cas d'efforts physiques.
- Portez des vêtements appropries et confortables ainsi que des chaussures de sport lorsque vous utilisez ce produit. Evitez les vêtements amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles du produit.

EXERCICES D'ÉCHAUFFEMENT/ETIREMENT

Un bon entraînement commence toujours par des exercices d'échauffement et se termine par des exercices calmants. Ces exercices ont pour mission de préparer votre corps aux contraintes qui vont suivre. La phase d'apaisement à l'issue de l'entraînement permet d'éviter l'apparition de douleurs musculaires. Veuillez prêter attention aux points suivants:

- Échauffez soigneusement chaque groupe de muscles que vous utiliserez lors de votre session d'exercice, pendant environ 5 à 10 minutes. Si vous ressentez une tension confortable dans le muscle correspondant, cela signifie que les exercices d'étirement ont été effectués correctement.
- La vitesse ne joue aucun rôle dans les exercices d'étirement. Les mouvements rapides ou heurtés sont à éviter.

Exercices pour la tête (1)
Tournez la tête vers la droite jusqu'à percevoir la tension dans votre nuque. Levez alors le menton vers le haut et ouvrez la bouche. Tournez la tête vers la droite et abaissez-la ensuite jusqu'à la poitrine. Vous pouvez répéter cet exercice plusieurs fois de suite.

Exercices pour les épaules (2)
Relevez alternativement l'épaule droite et l'épaule gauche.

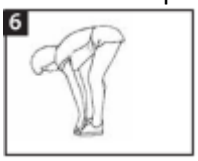
Exercices d'étirement pour les bras (3)
Etirez alternativement le bras gauche et le bras droit en direction vers le haut. Sentez la tension qui s'installe du cote gauche et du côté droit. Répétez plusieurs fois cet exercice.

Exercices pour les cuisses (4)
Appuyez-vous de la main gauche contre un mur, pliez la jambe droite vers l'arrière et tirez le pied vers le haut avec la main droite. Essayez de rapprocher votre pied vers le haut avec la main droite.

Essayez de rapprocher votre pied le plus près possible de vos fesses. Répétez cet exercice 15 fois de suite. Puis changez de jambe.

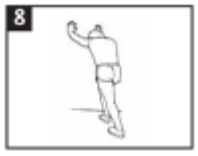
Extension de l'intérieur de la cuisse et de la jambe (5)
Asseyez-vous sur le sol et placez vos pieds de telle sorte que vos genoux regardent vers l'extérieur. Rapprochez vos pieds le plus près possible de votre entrejambe. Pressez prudemment vos genoux vers le bas. Répétez plusieurs fois cet exercice, 15 fois si possible.

Toucher ses orteils (6)
Pilez le torse lentement vers l'avant et essayez de toucher vos pieds avec vos mains. Essayez de descendre le plus bas possible vers vos orteils et répétez cet exercice 15 fois.



Exercices pour les tendons des genoux (7)
Asseyez-vous sur le sol et étirez votre jambe droite, Pilez votre jambe gauche et déposez votre pied sur votre cuisse droite. Essayez alors d'atteindre votre pied droit avec votre main droite. Répétez cet exercice 15 fois de suite. Puis changez de jambe.

Exercices pour les mollets/tendons d'achille (8)
Appuyez-vous au mur, bras tendus en faisant porter tout le poids de votre corps sur vos deux mains. Tendez alternativement la jambe gauche et la jambe droite vers l'arrière. Ceci permet d'étirer les muscles et les tendons de la jambe tendue. Répétez cet exercice 15 fois pour chaque jambe.



ÉLIMINATION DE VOTRE ANCIEN APPAREIL

1. Ce symbole, représentant une poubelle sur roulettes barrée d'une croix, signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2002/96/EC.
2. Les éléments électriques et électroniques doivent être jetés séparément, dans les vide-ordures prévus à cet effet par votre municipalité.
3. Une élimination conforme aux instructions aidera à réduire les conséquences négatives et risques éventuels pour l'environnement et la santé humaine.

4. Pour plus d'information concernant l'élimination de votre ancien appareil, veuillez contacter votre mairie, le service des ordures ménagères ou encore la magasin ou vous avez acheté ce produit.

DONNÉES TECHNIQUES

Numéro de modèle	FTM6715
Puissance	750 W
Voltage nominale	220- 240V~
Fréquence nominale	50Hz

Powerpeak
Thermiekstraat 1a
6361 HB Nuth
Pays-Bas
www.powerpeak.com

CERTIFICAT DE GARANTIE

Le présent certificat de garantie couvre les frais de service de votre appareil pour une période de 24 mois à compter de la date d'achat, à condition que vous ayez utilisé l'appareil correctement, conformément aux instructions du mode d'emploi.

Les défauts survenus par suite d'une utilisation incompétente, d'endommagements ou de tentatives de réparations de tiers ne sont pas couverts par la garantie.

Les accessoires livrés avec l'appareil et autres pièces du produit qui s'usent normalement ne tombent pas sous la garantie. Si vous désirez les renouveler, veuillez les commander sur le site internet www.muppa.nl.

Cet appareil est uniquement destiné à l'usage domestique. Tout dommage et / ou toute panne causés par un usage professionnel sont exclus de la garantie.

Vous pouvez faire jouer la garantie dans les cas suivants:

- Si l'appareil est utilisé conformément au mode d'emploi;
- Si vous êtes en possession d'un bon d'achat valable ou que celui-ci à n'été pas modifié ou rendu illisible d'une manière ou d'une autre;
- Si des réparations ont n'été pas effectuées par des ateliers de réparation non autorisés ou des personnes non habilitées à cet effet;
- Si le dommage n'est pas dû à une cause étrangère à l'appareil, comme par exemple un incendie, une inondation, un accident de transport, des décharges atmosphériques, un entretien insuffisant ou incorrect.

Au cas où, malgré notre contrôle de qualité soigneux, l'appareil ne fonctionnerait pas bien, vous pouvez faire appel à notre service après-vente.

Dans le but de vous éviter tout désagrément, nous vous conseillons de lire soigneusement le mode d'emploi avant de faire appel à nous.

SERVICE

Pour toute question, contactez le service clientèle Powerpeak :
Téléphone : 0900-873 27 28, 1,00 €/conversation + coûts téléphoniques réguliers..
info@powerpeak.com